

料理名	なすびのせいげ
市町名	南越前町
伝承料理の いわれ	一説によると「せいげ」とは本来「菜貝（さいがい）」という言葉が由来となっており、ホタテなどの貝殻を鍋代わりにして魚介類や野菜を煮て味付けして食べる漁師料理が起源とされている。
材料	ナス 2ケ 豆こうじ味噌 80g だしのもと 少々 ※豆こうじ味噌（豆こうじ1升、醤油1升を混ぜ合わせる。1週間ほど毎日混ぜ合わせたら出来上がり）
作り方	1、ナスを短冊切りして水を切り、鍋に入れてさっと煮る。 2、ナスが柔らかくなったら豆こうじ味噌を入れて出来上がり。