

40. あらめ煮

村山地方

<材料>

あらめ	150g
油	大さじ 4
しょうゆ	150g
砂糖	大さじ 7

作り方

あらめは、米のとぎ汁で一煮立ちしたら一夜そのままにしておく。水を取り替えて柔らかくなるまで煮る。

煮汁を捨て、別の水できれいにあらめを洗う。ざるにあげて水切りをする。

水切りしたあらめを油でさっといため、砂糖、しょうゆで味付けし煮ふくめる。

ポイント

- ・ 味付けする前に、柔らかくなるまで充分煮る。

<どんなときに食べるか>

夏から秋にかけての人寄せごとには、よくあらめ煮がごちそうとして使われた。特に佛事の精進料理に用いられた。

メモ

- ・ あらめは、村山地方で古くから食べられ、葬式の「お^{おどぎ}齋」には必ずごちそうをした。そのため村人達は、亡くなるとすぐあらめの^{あく}をとり、大鍋で長時間煮た。
- ・ あらめのおくをとるのに、米のとぎ汁の代わりに米ぬかをガーゼの袋に入れて使ってもよい。又、真水で煮た時、えぐ味のある場合は、しる水につけ完全にえぐ味をとってから煮る。

(寒河江市 みどり会)

大沼みち子