



# パクパク新聞



19日(火)

## ふるさとこんだて



福井に昔から伝わる料理 ~打ち豆汁~

打ち豆が入った実だくさんのみそ汁のことです。

打ち豆は、大豆をひと晩水につけてやわらかくして、木づちなどでペタンとたたいてつぶして乾燥させて作ります。福井では、みそ汁のほか煮物や酢のもの、ごはんなどいろいろな料理で食べられています。



### ~福井の先人の知恵から生まれた“打ち豆”~

野菜が少なくなる冬の時期のために...

- ★保存ができる
  - ★栄養もしっかりとれる
  - ★早く煮えて料理に使いやすい
- 食材として生まれ、伝わってきました。

### この日に使う“地場産物”

- さかい しさん 坂井市産
- ふくい けんさん 福井県産
- しろがレイ
- さかい しさん 坂井市産
- さかい しさん 坂井市産
- みそ
- さかい しさん 坂井市産
- うちまめ(だいず)
- らっきょう
- さかい しさん 坂井市産
- ねぎ