

# 大 社 地 域

## 赤貝の煮つけ

【材料】 4人分

赤貝		1kg
A	しょうゆ	大さじ3
	砂糖	大さじ2
	酒	大さじ2
	みりん	大さじ1

【作り方】

- ① 赤貝を洗い、沸騰した湯に入れ、口があいたものから取り出す。
- ② 左記の調味料Aを、深めの鍋に入れて煮立たせ、赤貝を加える。
- ③ 湧きあがったら、鍋返しをして、火を止める。



その昔、赤貝（サルボウガイ）は中海でよく収穫されていました。その赤貝を出雲地方では、煮て食べる風習があります。赤貝を煮て食べるのは出雲地方特有です。特に、正月料理には欠かせない、おめでたい一品です。

## あらめの煮物

### 【材料】 4人分

あらめ 40g

油揚げ 40g

ごま油 大さじ1

A { だし汁 100cc  
しょうゆ 大さじ2  
砂糖 大さじ1  
みりん 大さじ3

### 【作り方】

- ① あらめは、20分くらい水につけて戻す。
- ② 油揚げは、小さく切る。
- ③ 鍋にごま油を入れて熱し、あらめと油揚げを入れて炒め、左記の調味料Aを入れて煮詰める。

海に近い大社では、あらめはなじみのある食材です。昔から、保存食として食べていました。

