

京の食文化 朝ごはん 料理教室

京都料理組合の
老舗の料理人が教える

第3回

日時：平成 28 年 1 月 31 日 (日)
11:00~13:00
場所：京の食文化ミュージアム
あじわい館
主催：京都市文化財保護課、
京都料理組合

講師

宮廷料理 西陣魚新
寺田紳一 氏

てらだ・しんいち
昭和 32 年京都市生まれ。昭和 58 年西陣
魚新入社。有職式包丁の流れを汲み、御
所の大札にお祝い料理を御用達した、安政
2 年から続く西陣の老舗「宮廷料理 西陣魚
新」の 8 代目。京都料理組合理事。



一、菜の花とお揚げのひたしもの

材料 (4 人分)	作り方	memo
揚げ 20g 菜の花 100g 合せ出汁 出汁 180cc 塩 5cc みりん 10cc 醤油 5cc	① 菜の花は軽く塩をふってあえ、その後ゆがく ② お揚げは湯の中で油きりしておく ③ 合せ出汁を冷まし、水きりした菜の花とお揚げを入れ、馴染んだら出来上がり	

二、大かぶらのえびそぼろかけ

材料 (4 人分)	作り方	memo
大かぶ 1/4 個 海老 200cc 絹さや 柚子 各大2 葛粉 合せ地 出汁 600cc 酒 少々 みりん 10cc 塩 少々 醤油 10cc	① かぶらは 4 等分にし、昆布さし、湯がいておく ② 海老はあられにし、湯とりしておく ③ かぶらを合せ地で炊き上げ、仕上げにその他の材料で葛をひく	

三、鱧の南蛮漬

材料 (4 人分)	作り方	memo
鱧 4切 パプリカ 白葱 青葱 鷹の爪 南蛮漬の地 出汁 7.5 みりん 1 薄口醤油 3 砂糖 1 酒 2 酢 2 おたまの分量の割合	① 鱧を切り分け塩をふり、その後小麦粉をつけて揚げる ② 調味料を合わせて火にかける ③ パプリカの中身を取り細切り、油でかるく炒める ④ 針葱を作り天盛にする	

四、若筍と若布のお清汁

材料 (4 人分)	作り方	memo
筍 60g 若布 適量 出汁 200cc 塩 少々 薄口醤油 少々 酒 少々 木の芽 少々	① 若布は水でよく洗い、色だしをして地につけておく ② 筍はぬかでゆがき、ぬかをぬき地につけておく	

五、御飯