

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4回

日時：平成29年2月5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

山ばな平八茶屋
園部平八氏

そのべ・へいはち
昭和23年、京都市左京区生まれ。昭和
61年から料亭「平八茶屋」を継ぐ。平成
21年に京都料理組合長に就任し、京料理
の伝統を伝える活動に尽力。和食の普及に
も積極的に活動している。
平成28年、「現代の名工」受賞。



一、かぶら蒸し

材料 (4人分)	作り方	memo
かぶら 1/2個 卵白 木くらげ 塩 餡 かつお昆布出汁 250cc みりん 5cc 淡口醤油 5cc 塩 3g 水溶きくず 少々	作り方 ① 近江かぶら(聖護院かぶら)1/2個を皮をむく。 ② ①のかぶらをすりおろし、同量の水を加え、裏漉し器に入れ水を切っておく。 ③ 卵白を泡立てる。 ④ 下処理をした銀杏と、粟麩・椎茸を器に入れる。 ⑤ ②のかぶらに木くらげと③の卵白を加え塩で味を整える。 ⑥ ④の具材に⑤のかぶらをのせ、10分間蒸し上げ、蒸し上がれば合わせておいた餡を具材にかけ、わさびを供する。	

二、菜種のからし和え

材料 (4人分)	作り方	memo
菜種 1パック かつお昆布出汁 30cc 淡口醤油 10cc 練り胡麻 30cc 練りからし 少々 砂糖 15g	作り方 ① 菜種をそうじして、湯がき冷水につける。 ② ①の菜種を水切りして、かつお昆布出汁に淡口醤油を入れた出汁につける。 ③ ボールに練り胡麻、練りがらしを入れ、出汁を少しずつ加えペースト状にして、砂糖、淡口醤油で味を整える。 ④ ③の胡麻ペーストに、②の菜種を加え和える。	

三、鱈の味噌柚庵焼き

材料 (4人分)	作り方	memo
鱈の切身 4切 酒300cc みりん 20cc 淡口醤油 10cc 白味噌 100g	作り方 ① 酒、みりん、淡口醤油のつけ地を作り、白味噌を加える。 ② ①のつけ地に鱈の切り身を入れ約1時間浸ける。 ③ ②の鱈を串打ちして中火でじっくり焼き上げる。	

四、鰻ざく

材料 (4人分)	作り方	memo
鰻の蒲焼 半身 胡瓜 2本 生姜 少々 糸がき 少々 土佐酢 酢 20cc 水 40cc 淡口醤油 4cc みりん 4cc 砂糖 5g 追いがつお・昆布だし 適量	作り方 ① 胡瓜を半分になり、笹切りにして、立塩の塩水につける。 ② 鰻の半身を適当に庖丁して、ボールに入れておく。 ③ ①の胡瓜がしなやかになれば、水を切りしぼる。 ④ ③の胡瓜を②のボールの鰻と和え、土佐酢をかけ、生姜をしぼる。 ⑤ ④を小鉢に盛り付け、天盛に糸がきをのせ出来上がり。	

五、白飯