

料朝京 理ごの 教室は食 室はん文 化

京都料理組合の
老舗の料理人が教える

第1回

講師
京料理 萬重
田村 圭吾 氏

たむら・けいご

日時：平成30年7月28日(土)
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

昭和12年創業「京料理 萬重」若主人。
日本各地での修行、また海外での研修を重ね、
稼業に従事。
自ら市場へ出向き、旬の食材を仕入れている。
京都の老舗料亭・料理店の次世代を担う若手の会
「京都料理芽生会」の会長を務めるほか、
京都市教育委員会の食育推進委員として、
食育を通して日本の食文化の普及にも尽力している。



一、荒布のたいたん

材料 (4人分)	作り方	memo
荒布 10g 人参 1/6本 あげ 1/6枚 こんにゃく 1/8枚 出汁 500cc みりん 50cc 淡口醤油 50cc 砂糖 少々 酢 少々	① 荒布を水に浸けて戻します。一度水でよく洗います。 ② こんにゃくは木口切とし、酢を入れて湯でゆがきます。 ③ 人参、あげを程よい大きさに切ります。 ④ ②③を鍋に入れ、出汁、みりん、淡口醤油を入れて焚いていきます。 ⑤ 5分ほど焚いたら、①を入れて3分程度焚き、味を見て好みにより砂糖などを加え、味を調えます。 ⑥ できれば、一晩寝かす方が味がなじみます。 ⑦ ⑦を盛り付けます。	

二、とろろ豆腐の冷製

材料 (4人分)	作り方	memo
長イモ 200g 豆腐 1丁 くこの実 4粒 出汁 180cc 淡口醤油、塩 適量	① 豆腐をあらかじめボイルし、冷ました後、裏ごします。 ② 長イモを摩り下ろします。 ③ ①と②を混ぜ合わせ、出汁を注ぎさらに混ぜ合わせます。 ④ ③に淡口醤油、塩を加えて味を調えます。 ⑤ あらかじめくこの実を水で戻しておきます。 ⑥ 器に④を盛り、⑤を天に盛り付けます。	

三、うまい菜と鶏肉のサッパリ揚げ浸し

材料 (4人分)	作り方	memo
うまい菜 1束 鶏肉(胸) 半分 人参 1/8本 【漬け出し】 出汁 360cc 酢 60cc 淡口醤油 40cc 砂糖 20g	① あらかじめ浸け地を作り、一旦火入れをして冷ましておく。 ② うまい菜を葉と軸に分けて切ります。 ③ 人参を薄切りにちょう切りにします。 ④ 鶏肉を3cmくらいの細切りにします。 ⑤ フライパンに少し多めの油で③④のうまい菜の軸を焼きます。 ⑥ ⑤に火が通ってきたらうまい菜の葉を入れ、炒めるように焼いていきます。 ⑦ ⑥を油抜きをして、おかげとします。 ⑧ ⑦を①に漬け、冷蔵庫でさませます。 ⑨ 器に⑧を盛り付けます。	

四、揚げ素麺と野菜のすまし汁

材料 (4人分)	作り方	memo
素麺 半束 人参 40g 大根 40g 水菜 40g ゆず(小) 半分 出汁 淡口醤油、塩 油	① 人参・大根を切ります。水菜も同様に切り、軽く塩湯がきします。 ② 出汁360ccに淡口醤油、塩を加減を見ながら入れ、火にかけます。 ③ 湯がいた素麺を油で揚げ、油きりしておきます。 ④ ①③を器に盛り付けへぎ柚子を天に盛り②をそそぎます。	