

京都料理組合の老舗の料理人が教える

京野菜を使った 朝ごはん料理教室

講師

六盛
堀場弘之 氏

ほりば・ひろゆき
京料理「六盛」三代目主人
昭和22年生まれ。京料理「六盛」3代目主人。
大学卒業後、東京築地の某料亭にて修業、24歳の
時家業に入り、先代のもとで技を磨く。
名物「手をけ弁当」はじめ京料理の伝統とおもて
なしの心を守り続ける。



第3回

日時：平成27年1月25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

一、おあげと壬生菜のおひたし

材料（4人分）	作り方	memo
揚げ 壬生菜 合わせ出汁	① 壬生菜を水で洗い湯がき寸切りにします。 ② 合わせ出汁の材料を合わせて、そこへ揚げ20gを入れます。 ③ 出汁を冷まして、寸切りにした壬生菜を浸します。 ④ 出汁がなじんだら出来上がり。	
だし汁 180cc ミリン 10cc 塩 5cc 醤油 5cc		

二、海老そばるかぶら

材料	作り方	memo
小かぶら(中) 1個 海老 4匹 柚子 1/4個 片栗粉 大きじ1	① 小かぶらを1/8のクシ切りにして皮をむき湯がく。 半分くらい火が通ったら、味つけをだし汁(A)で炊き上げる。 ② 海老をのし串にして湯がき、皮をむき、小口にする。 ③ 炊き上がった、かぶらの地を180cc位取り、銀あんを作り海老を入れる。 ④ 器にかぶらを盛り込み、銀あんをかけて天盛りにし、きざみ柚子をのせる。	
A だし汁 540cc ミリン 10cc 淡口醤油 8cc 塩水 8cc 酒 10cc		

三、鮭たらこ和え

材料	作り方	memo
鮭上身 40g たらこ 5g	① 鮭を5分蒸す。冷やして皮をとりよくほぐす。 ② たらこの皮をとる。 ③ ①と②を和えてできあがり。	

四、湯葉のお味噌汁

材料	作り方	memo
ゆば 8切 出汁 360cc 味噌 16g ミリン 6cc 山椒 少々	① 出汁に味噌をとき、みりんを入れる。 ② 器に湯葉を入れて出汁をはる。 ③ 仕上げに山椒をふる。	