

recipe: 1

徳川家将軍をもてなした

将軍鍋

RECIPE NO.1_しょうぐんなべ



調理人: 民宿 いすゞはま荘
小林憲利さん・祐子さん

江戸時代より伝わる おもてなし Episode

南伊豆の南西に位置する子浦は、風待ち港としても栄えてきた海沿いの集落。文久4年(1864年)1月2日、船で江戸から上洛する途中、14代将軍徳川家茂公も、強風のため子浦で風待ちをすることを余儀なくされました。将軍が停泊することになった子浦の若者達は、強い風の吹く冬の海に飛び込み、伊勢エビやサザエ、地魚などを捕り、味噌仕立ての汁にして将軍

御一行をもてなしたといえます。その美味しさと、心意気なたいそう感激した家茂公は、子浦に褒美を贈ったそうです。こうして誕生した「将軍鍋」は子浦の自慢の料理のひとつ。「将軍鍋」を食べられるのは、子浦にある数軒の民宿のみ。本場の味を楽しみたい方は、ぜひ子浦へお越しください!

民宿「いすゞはま荘」
静岡県賀茂郡南伊豆町子浦92-3
☎0558-67-0041



recipe: 2

伊勢エビを贅沢に使った

具足煮

RECIPE NO.2_ぐそくに

【具足煮とは?】

具足とは、甲冑や鎧、兜のこと。甲冑に見立てた伊勢エビなどを殻ごと調理する豪快な一品です。丸ごと煮ることで、伊勢エビの旨味をしっかりと味わうことができます。



材料 (2人分)



漁 伊勢エビ…1尾
だし汁…200cc 醤油…大さじ2
みりん…100cc 酒…100cc

漁 は南伊豆の漁協で買える食材です。

※時期や天候などにより買えない場合もあります。

作り方



1 200ccの水に、カツオ節を入れ、だしを取る。味の雑炊用に、二番だしも取っておく。



2 伊勢エビに腹から包丁を入れ半身にする。内臓を取りのぞき、さらに尾と身に分ける。



3 だし汁に調味料を加え煮立ったら、伊勢エビを入れ蓋をして10分ほど煮込む。



4 火を止めたら、鍋のまま冷ます。人肌ほどになったら、盛り付けて出来上がり。

煮汁は捨てずに、雑炊も楽しみましょう。

ポイント!!

残った煮汁でみの雑炊!



二番だしを加え、汁の量を調整し、ご飯と生姜の千切りを入れ加熱。火を止め、卵を入れたら蓋をして蒸らす。お好みでネギを散らして完成。

作り方

材料 (2人分)



漁 伊勢エビ…2尾
漁 サザエ…2個
湯 魚の地魚…1匹
湯 白菜、ねぎ、人参、水菜、しいたけ、えのき、しめじ…など旬の野菜
湯 味噌…適量
みりん…少々

漁 は南伊豆の漁協で買える食材です。

湯 は湯の花直売所で買える食材です。

※時期や天候などにより買えない場合もあります。

鍋には伊勢エビを先に入れ、しっかりとだしを取りましょう。

ポイント!!



1 魚の内臓を取り、2枚におろす。大きな魚はぶつ切り。野菜も食べやすい大きさに。



2 鍋にだし汁を入れ、火にかける。味噌やみりんで下味を整える。



3 だしが出るよう伊勢エビを最初に入れ、野菜と魚を加えたら蓋をして煮込む。



4 吹きこぼれに気を付け、10~15分ほど煮る。エビが赤くなったら食べ頃のサイン。



調理人: 野ぶきの会
小関絹子さん 山本ふみ代さん



南伊豆の料理好きお母さんにより結成された「野ぶきの会」。地元の味に慣れ親しんだ精鋭集団だけあり、そのお味の腕前と豊富な知識量は折り紙つき。

美味しい伊勢エビ獲ってます

伊勢エビの漁獲量は県内一。

伊勢エビというと、三重のものと思われがちですが、ここ南伊豆は全国に誇る伊勢エビの名産地。9月から5月までの漁期に、刺し網漁という方法で、美味しく新鮮な伊勢エビを水揚げしています。ダイゴ丸の平山さんは南伊豆で活躍する漁師のひとり。伊勢エビをはじめ、アワビやサザエ、地魚を、地元の漁協や直売所に出荷しています。



下流海老網組合 8ダイゴ丸
平山文敏さん