



滋賀の美味しいもんレシピ

「おいしがうれしが」キャンペーン since2009



自然がおいしい、心がうれしい。



やっぱり地のもんがええなあ

滋賀県農政水産部 食のブランド推進課

ごあいさつ

滋賀には、彩り豊かな伝統野菜や琵琶湖の固有魚介類など、滋賀ならではの食材をはじめ、地域の特産物がたくさんあります。

これらの食材を、県民の皆さんに広く親しんでいただけるよう、「県産農水産物『魅力』向上事業」(平成21～22年度)、「『地元食材』みんなでマーケティング事業」(同23年度～)を実施し、県内の旅館やホテル、飲食店、洋菓子店等で様々な料理メニューや商品開発に取り組んでいただきました。

これまで限られた地域や時期に利用されていた食材が、プロの腕によりその個性を一層引き出され、宝石のごとく魅力的で美味しさあふれる姿で提案されました。

本冊子は、これら食材のメニューをレシピ集としてまとめたものです。

滋賀ならではの各地の食材を、ご家庭で味わい、お楽しみいただければ幸いです。

平成24年

滋賀県農政水産部食のブランド推進課長

目次

■素材集	p.3～p.11
■レシピ	
鮎河菜のオープントースト	p.12
杉谷なすびのしぎ煮	p.13
杉谷とうがらしの鶏ミンチ	p.14
下田なすのパスタ	p.15
あめのうお御飯	p.16
小鮎のくるみ揚げ	p.17
ナチャップパスタソースを使った健康パスタ	p.18
蒲生あかねイチジクのジャム	p.19
北之庄菜いろどり炒め	p.20
秦荘のやまいものころろ汁	p.21
赤丸かぶと冬野菜のミネストローネ	p.22
伊吹揚げ大根湖味館掛け	p.23
山田ねずみ大根の大根ステーキ	p.24
なばなの柚子とうがらし和え	p.25
日野菜のばら寿司	p.26
近江しゃもと信長葱の松風焼き	p.27
豊郷の坊ちゃんかぼちゃのプリン	p.28
甲賀野菜カボチャの茶巾しぼり ショウガあんかけ	p.29
甲賀にんじんの和風ポトフ	p.30
セタシジミご飯(黒ゴマ風味)	p.31
愛彩菜鍋	p.32
かんびょうの梅さっぱり和え	p.33
信楽トマトの近江しゃもミンチ詰め	p.34
紅ぶどうを使った商品(紅ぶどうと黒豆のジュレ、紅ぶどうケーキ)	p.35
栗東いちじくジャムを使った商品(シュークリームとジャムパン)	p.36
■素材の問い合わせ先	p.37
■レシピ開発協力店	p.38



山田ねずみ大根

〈やまだねずみだいこん〉

◎ 収穫時期 11月～12月

きめ細かく肉質が柔らか。皮が薄く、漬物にした際の歯ごたえのよさが特徴。根の先がねずみのしっぽのように細くなっていることから「山田ねずみ大根」と呼ばれています。



下田なす

〈しもだなす〉

◎ 収穫時期 7月中旬～10月中旬

皮が薄く実は柔らかい。水分を多く含み、ほんのり甘みがあります。形は小ぶりですが6～7cm程度の卵形。色は薄紫色で、ガクの下に白いラインがくっきり入ります。



杉谷なすび

〈すぎたになすび〉

◎ 収穫時期 8月上旬～9月下旬

肉質は緻密で甘みがあり、煮くずれせず、油にもよく合い、皮ごと食べられます。形は直径10cm程度、ややキンチャク形。色は濃く、表面にはきれいな照りがあります。

杉谷とうがらし

〈すぎたにとうがらし〉

◎ 収穫時期 7月中旬～10月（初霜まで）

皮が非常に薄く、クセが無いため生食にも向く。形はシントウに近く、果実は曲がりやすく、個性的な形です。



水口かんぴょう

〈みなくちかんぴょう〉

◎ 提供時期 通年

昔ながらの手剥き天日乾燥による製法を守っている水口かんぴょうは、ふんわり柔らかくて煮物のだしをよく含みます。



鮎河菜

〈あいがな〉

◎ 収穫時期 3月中旬～4月上旬

葉や蕾部分は多少苦みがあり、茎葉は甘く生食できます。菜の花よりも葉はやや大型で、茎も太く、蕾が膨らんでくると鮮やかな黄色い花が咲きます。





北之庄菜

<きたのしょうな>

◎ 収穫時期 11月～1月

かぶより大根の食感に近く、肉質は緻密。辛味と酸味のバランスがよく取れています。形は下部に膨らみがあり、色は首の部分に紫紅色、下部が白色、茎は薄紫紅色です。



秦荘のやまいも

<はたしょうのやまいも>

◎ 収穫時期 10月下旬～12月上旬

アクが少なく、食感はいわゆる細やか。まろやかな舌触りです。味は甘みがあり濃く、粘りがとても強いです。色は全体的に茶色く、表面には凸凹があります。



赤丸かぶ

<あかまるかぶ>

◎ 収穫時期 11月～1月中旬

肉質はよくしまり、漬物にしたとき甘みがまし、独特の歯ごたえが楽しめます。根部の直径は9～10cmの円からやや楕円で、表面は濃紅色。茎の根元、かぶの中身共に赤色です。

伊吹大根

<いぶきだいこん>

◎ 収穫時期 11月～3月

独特の辛味を持つ辛味大根。肉質は緻密でしっかりとしています。形は長さが15～20cmの小型の寸胴型。尻は丸くて根は太短く末端は鼠の尾のように細いです。



紅ぶどう

<べいぶどう>

■ 紅伊豆
■ 竜宝
■ 紅富士

◎ 収穫時期 8月～9月中旬

全国に流通している紅系品種と比較しても非常に鮮やかな紅色。果肉と果皮の皮離れがよく、皮を剥くとジューシーな果汁が溢れ出ます。



近江しゃも

<おうみしゃも>

◎ 収穫時期 通年

しっかりした歯ごたえや鶏肉本来の風味やうまみの強さが特徴です。一般的なブロイラーの飼育期間の2.5倍にあたる約140日もの長期間育てられています。





ビワマス

○ 漁獲時期 5月～8月

琵琶湖固有種。初夏のビワマスは身に脂がのり、マグロのトロにも負けない味です。ビワマスを米と一緒に炊き込むアメノウオご飯は滋賀県の無形民族文化財に選定されています。



セタシジミ

○ 漁獲時期 1月～4月

琵琶湖水系にのみ生息し、シジミの中で最も味の評価が高い。寒シジミと言われ冬期が旬。ヤマトシジミ・マシジミに比べ、殻のふくらみが強く、肉厚なのが特徴です。



コアユ

○ 漁獲時期 通年

琵琶湖のアユは湖中では10cm程度しか大きくならず、コアユと呼ばれています。骨がやわらかく頭から尾まで食べることができます。

愛彩菜

〈あいさいな〉

○ 収穫時期 通年

わさび菜の一種。ボリューム感のある美しいフリルと、あざやかな緑色、ほどよいわさび風味が特徴。サラダにも、煮物にも使用できる万能野菜です。



守山市産 なばな

○ 収穫時期 11月～4月

つぼみ、葉、茎まで丸ごと食べられる花野菜。素材に癖がなく、どのような料理や加工にも適しています。漬物以外にも、天ぷらやしゃぶしゃぶ、粉末に加工してケーキにも。



栗東いちじく

〈りっとういちじく〉

○ 収穫時期 7月～10月上旬

県下で栽培面積はトップクラスで、全てハウス栽培により、農薬の使用を抑え、さらに朝採りにこだわった新鮮で美味しい「いちじく」を作っています。

