

奈良の料理長が、奈良の食材で家庭でできるレシピを紹介します。



西大和さえき（日本料理）

## 大和丸なすの亀甲焼き

### 〈材料〉(4人分)

大和丸なす	4個
えび(ブラックタイガー)	12匹
オクラ	8本
木の芽	12枚
玉味噌	
白味噌	100g (信州味噌、赤味噌でもよい)
卵黄	卵1個分
酒	50cc
砂糖	大さじ1/2
八方汁 (だし・みりん・しょうゆ)	
揚げ油	適宜

### 〈作り方〉

- ①鍋に、だし：みりん：しょうゆ＝8：1：1の割合で八方汁を作る。別鍋に、白味噌、酒、砂糖を火にかけ、練りあげて卵黄を入れ、火を止めて玉味噌を作る。甘みは好みで。
- ②丸なすはガクを切り落とし、縦に半分よりやや大きめに切る。大きい方を器にするため、皮の内側に1周切り込みを入れ、くり抜く。小さい方は、蓋にする。〈右写真〉
- ③くり抜いた丸なすは一口大に切り、油で揚げ、八方汁で軽く煮る。
- ④②の丸なすを油で揚げ、③で味を含ませた一口大の丸なすを、もう一度丸なすの器の中に詰め、玉味噌をのせ、オーブンで焼き目が付く程、軽く焼き上げる。仕上げに、ゆでたえびを包丁で細かくたたいたそばろえびと、たたきオクラを天盛りにし、木の芽を飾る。



### ワンポイント

- \* 玉味噌は、卵黄を入れてすぐに火を止めるため、味はおいしいが、いたみやすい。いたみにくくするには、卵の風味は飛ぶが卵黄も強く練り上げるとよい。
- \* 木の芽を手のひらにのせてポン！とたたくと、香りが極立ちます。
- \* オープンの代わりに家庭用グリルでも可能。



代表取締役 佐伯 省吾さん

### 西大和さえき

北葛城郡河合町大輪田  
1674-2

☎ 0745-73-3393

◎www.gourmetjapan.co.jp/

法隆寺や若草山を一望する絶景の地にある料亭。県内で採れた新鮮な食材を、地元農家から仕入れ、オリジナルの器で四季折々の彩りを添えて懐石料理として味わえる。

佐伯さんは、奈良県卓越技能者表彰を受賞し、奈良の名工として活躍されている。

◎ 県マーケティング課 ☎ 0742・27・7401  
FAX 0742・26・6211



### 食材の紹介【大和丸なす】

焼いてよし、炊いてよし。美しい艶のある紫黒色に、その名の通り丸い形状、ヘタに太いとげのあるのが特徴。肉質はよくしまり、煮くずれしにくく、焼いても炊いてもしっかりとした独特の風味と食感が楽しめる。県内では主に、奈良市・大和郡山市などで多く生産され、7月中旬頃まで、奈良市・大和郡山市を中心に量販店や直売所等で購入できる。安定した生産量を持つ代表的な大和伝統野菜。