

第2回 かさま新栗まつり



栗の味見会

食・工芸・ゲームで栗づくし



栗スイーツと陶のセッション



栗をモチーフにしたアイデア作品

10月4日と5日の二日間、市内土師の「栗の家」庭園で、「かさま新栗まつり」が行われ、約4千人の人出でにぎわいました。この催しは、笠間の栗を様々な角度からPRし、地域の振興に役立てようと、「笠間の栗を考える会」が企画したもので、今年で2回目。笠間焼の器で旬の栗菓子を楽しむ新企画の展示販売「栗スイーツと陶のセッション」のほか、栗をモチーフにしたハンドメイドフェア、ゆで栗・揚げ栗・渋皮煮の味見会、いが栗ダーツ、会場にずらりと並んだ栗菓子など、全国有数の栗の産地・笠間を、まさに「栗づくし」で紹介しました。

食生活改善推進員が紹介する

かさま食彩

新鮮な秋の食材をシンプルに調理して、本物の味を感じていただける一品です。



栄養素量 (1人分) エネルギー…273kcal
たんぱく質…11.6g 脂質…7.1g 塩分…2.0g

彩り野菜 柚子みそかけ

材料 (4人分)	
大根	1/2本
人参	1本
里芋	大4個
ブロッコリー	1房
厚揚げ	1枚
だし汁 (昆布、かつお節)	
柚子みそ	
A 柚子	1個 (絞り汁と皮を分けておく)
みそ	60g
砂糖	大さじ3
みりん	大さじ2
酒	大さじ2

作り方

1. 大根は2cm位の輪切りにし、厚めに皮をむいて面取りする。米のとぎ汁でやわらかくゆで、よく洗う。
2. 人参は2cm位の輪切りにし、柔らかくゆでる。
3. 里芋は皮をむき、塩でもんでぬめりを取り、ゆでておく。
4. ブロッコリーは小房に分け、ゆでる。
5. 厚揚げは熱湯でゆで、油抜きをする。
6. だし汁に①の大根、②の人参、③の里芋を入れ、弱火で10分位煮る。
7. なべにAを入れ、中火にかけ、よくつやが出るまで練る。
8. 器に野菜を盛り、柚子みそをかけ、みじん切りの柚子の皮を載せる。