

料理名	煮豆（大豆）
市町名	南越前町
伝承料理の いわれ	植物性たんぱく質は大豆より取れるが昔はたんぼのあぜで大量に取れた。みそ、集落内にあるトーフ屋でトーフにしてもらったが、甘い煮豆は家族に大好評であった。
材料	大豆：3合、砂糖：350g 塩：小さじ1（梅干を入れる時は塩を少なくする）
作り方	1. 大豆は水につけずにそのまま洗って柔らかくなるまで2時間位煮る 2. よく煮えたらザルに取って、なべにうつしかえ砂糖、塩を入れて水分が少なくなるまで、焦がさないように煮る。