

料理名	つる豆のまぜごはん
市町名	鯖江市
伝承料理の いわれ	お盆ごろから収穫できるつる豆匂いがするのできれいな人もいるが、稲刈りの時など忙しい時に作って食べます。なすといためて煮るのもとても美味しいです。
材料	4人分 つる豆 200g (両手にいっぱいぐらい入れます) 厚揚げ 1枚 油 大1~2 醤油 大2~3 みりん 大2 ご飯 どんぶり4
作り方	1. つる豆はすじをとり細切りにして油でしんなりするまでいためる。 2. 醤油、みりんを入れさっとからめる。 3. 厚揚げも細切りにして入れ煮詰める。 4. 白ご飯に混ぜる。