

かんたん松前漬け風

●材料（作りやすい分量）

人参	2本
刻み昆布	10g
イカそうめん（珍味/乾物）	40g
めんつゆ（濃縮3倍）	大さじ3



●作り方

- 1 刻み昆布は、10分ほど水に戻してから、絞って水けを切っておく。
人参は千切りにする。（スライサーを使ってもOK）
- 2 2とイカそうめんとめんつゆをよく混ぜて、保存容器に入れて冷蔵庫に一晩おく。
※一晩漬ければ食べられます。
※めんつゆはお好みで加減してください。
※15cm角、深さ7cmぐらいのタッパーに入るくらいの量ができます。

『松前漬』とは

「松前漬」は、その名の通り、現在の北海道南部にあった松前藩が発祥といわれ、乾燥させたスルメイカや昆布を細切りにし、醤油、酒、みりん、砂糖などで漬け込んだ保存食で北海道の郷土料理です。松前漬けは、江戸時代後期から明治時代に大量にとれたニシンの卵の数の子と、スルメイカ、昆布を合わせてつくられていました。その後、数の子の価格高騰やニシン漁の衰退により、スルメイカと昆布を使った松前漬けに変化し冬の保存食として親しまれています。お正月料理の定番にもなっていますね。昆布の旨味成分は、日本料理の出汁文化を支えてきました。スルメイカもまた、北海道近海で豊富に獲れる海産物です。乾燥させることで保存性を高め、同時に旨味を凝縮させる技術は、厳しい冬を乗り越えるための先人の知恵でした。松前漬けには、北海道の海の恵み、保存食としての工夫、そして長きにわたりその郷土料理を繋いできた地域の誇りが詰まっています。酒の肴や、ご飯のお供にもおいしい『かんたん松前漬け』を作ってみませんか。