

46. こいのうま煮

置賜地方

| | |
|--------|-------|
| < 材料 > | (7人分) |
| 鯉 | 1.6kg |
| 砂糖 | 600g |
| しょうゆ | 2カップ |
| 酒 | 4カップ |
| 水 | 3カップ |

(酒と水は鍋の大きさにより加減する)

用具

- 鍋
- 落し蓋

作り方(準備)

- 鯉のうろこ肝をつぶさないようにとり、2cm厚さ位の筒切りにする。
鍋に鯉を入れ、ひたひたになる位酒を入れる。さらに、こいより1~2cm位上まで水を入れる。
分量の砂糖としょうゆを入れ、落し蓋をして沸騰させる。
あくをとり、弱火で気長に煮る。
水気がなくなり、身の表面にきれいな照りが出て来たら出来上がり。

ポイント

- 鯉を切る時、肝をつぶさないようにとること。
- あまり煮つめすぎると味が濃くなり、身が硬くなるので注意する。

いわれ

米沢鯉は、上杉鷹山公が動物性蛋白質に乏しい米沢の人々のためを案じ、越後から養鯉法を取り入れ、農家の台所の排水口近くになるべく池を作り、そこに鯉を飼うことをすすめ、蛋白質

の不足を補うことにつとめたものである。

食べ方も、うま煮の他、こいこく、こいの粕漬、こいのあらい等種々ある。

(米沢市 小山田会)

竹田 朋子