

江津食 彩津

江津の郷土料理や
四季折々の旬の食材を手軽に楽しめる
レシピ集を作りました。
ふるさとの味をお楽しみください。



節分の行事食 「鯨めし」

旧暦では立春が一年の始まりとされ、その前日の節分の日に、山陰地方では「鯨めし」を食べる習慣があります。これは、新しい年の豊作や家族の健康を願い、大きなものを食べて、大きな幸せや力をいただきたいという思いが込められています。

鯨めしに入れるこんにゃくは、食物繊維が豊富で、胃や腸の中をきれいにする働きがある

ことから、体の中を掃除する、砂おろしの意味もこめられています。

鯨の皮肉が手に入りにくいこの頃ですが、昔なつかしい料理を味わってみましょう。

【材料（4人分）】

- 米2合▽鯨の皮肉 50g▽ごぼう小 1/2本▽にんじん 1/3本▽板こんにゃく 40g
- ★しょう油 大さじ1・1/2▽

酒大さじ2▽塩小さじ1/5▽

【作り方】

- ①くじらの皮肉は短冊切りにし、熱湯にくぐらせて余分な脂をおとす。
- ②ごぼうは短めのささがき、にんじんとこんにゃく（必要なら湯通しする）は短冊切りにする。
- ③炊飯器にといだ米と分量の水を入れ、①、②、★の調味料を加えて、普通に炊く。

電話法律相談常時受付 / (無料)
佐和法律事務所 TEL.0855-24-1366
 所長 佐和 隆雄 弁護士 佐和 隆雄 弁護士 佐和 隆雄

取扱案件

- 借金（個人・法人）
- 相続（遺産分割）
- 離婚
- 不動産（賃貸、借家など）
- その他の法律問題

料金

- ・電話相談による初回相談は無料。
- ・初回料（基本）22,000円。
- ・相談所への出張などの費用は別途お見積り。

※山陰県松江市 山陰県松江市 山陰県松江市
 山陰県松江市 山陰県松江市 山陰県松江市
 TEL.03-3581-0682

ま心でござん 年中無休☆24時間受付
うえの葬祭
 自宅葬：会館葬：社葬：神式葬ほか

本社：浜田市熱田町 0855-26-0650
 江津市西野津町 江津市西野津町(0号線沿)
江津会館 **江の川ホール**
 TEL.0855-54-3225 TEL.0855-54-1004
 《約200席》 《約40席》

有料広告