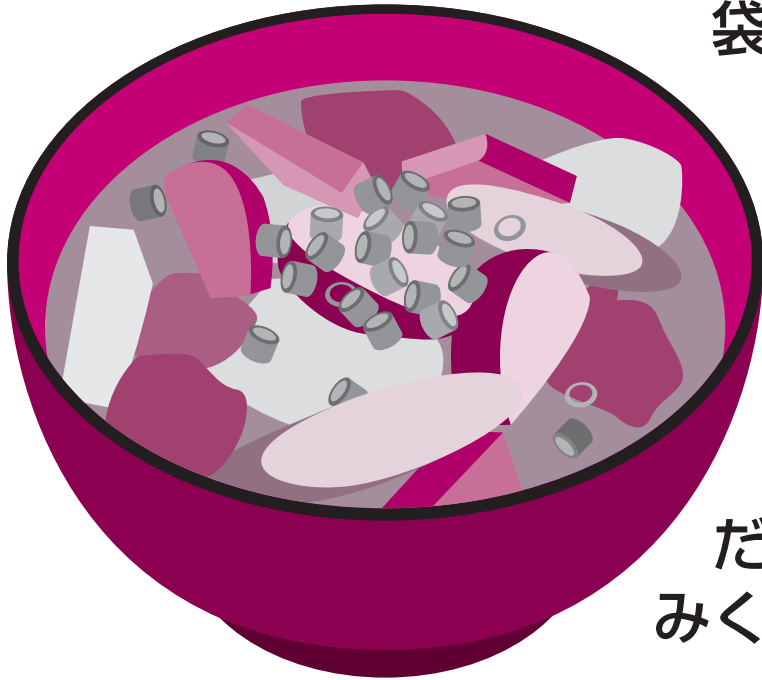


豚汁・とん汁・ぶた汁

あったかい「豚汁」がおいしい季節になってきました。豚汁は地域により「ぶた汁」「とん汁」と読み方が違うようですが、皆様の地域ではどのように読まれますか？豚汁は、じゃがいも・ごぼう・にんじんなどの野菜と豚肉を煮込んだ味噌仕立てのスープです。野菜の食物繊維と豚肉のビタミンB₁など栄養のバランスもよく、具たくさんでおかずにもなります。

美味しさの秘密は、昆布やカツオのだし汁と野菜の旨味と豚肉の旨味が絶妙に絡み合っていることです。家庭ごとに好みで具材や味噌の種類・分量が異なり、お袋の味があります。また、カレーで風味をつけたり、キムチを加えたり、うどんを入れて豚汁うどんにするなどアレンジも楽しめます。

美味しく作るコツは味噌を入れるタイミング。野菜を煮て火が通る前に半分の味噌を加えて具に味をつけ、残りの半分は仕上げに加えます。味噌は煮込みすぎると風味が損なわれますので注意してください。この冬、いろいろなアレンジで豚汁をお楽しみください。



 **ウオクニ株式会社**
<http://uokuni.co.jp>

※当社における食品の安全・安心および健康に関する取り組みについてはホームページをご覧ください。