

し ぶ ち ん



きよつから始めよう「エ」な食

京の食文化・旬野菜・旬な伝統行事・しぶちん的生活

おあがりやして

おくれやす



ししがたに
鹿ヶ谷かぼちゃの 炊いたん

- 1 鹿ヶ谷かぼちゃを食べやすい大きさに切り、面取りをする。
- 2 塩少々を加えた水で1を竹串が通るまで湯がき、水にさらす。
- 3 2と浸る位のだし汁を鍋に入れて加熱し、沸騰したら砂糖、酒、塩、しょうゆ等で味を調える。好みでしょうがの絞り汁を加える。
- 4 10分程煮立てて火を止め、冷ましながら味を含ませる。

京都市環境政策局地球温暖化対策室
京都市市政課題研究・実践チーム「チーム京都力」
「環境にやさしい食生活への改善」プロジェクトチーム

〒604-8571
京都市中京区寺町通御池上る上本能寺前町488番地
Tel 075-222-4555 Fax 075-211-9286
京都市印刷物 第233069号

印刷：有限会社ヤマシロプリンティング

