



第42回

ウナギの棒ずし



材料(2人分)

ウナギのかば焼き:1本 **浜松パワーフード**
 ご飯:2合
 酢:60ml
 砂糖:52g
 塩:4g

A (すし酢)

～今月のパワーフード～

浜名湖うなぎ **浜松パワーフード**



浜名湖は養殖ウナギ発祥の地。120年以上の歴史があり、現在も全国有数の出荷量を誇ります。ふっくらしつつも身が締まり、脂が乗っていて、品質にばらつきがないのが自慢です。「浜名湖うなぎ」は、特許庁が地域ブランド保護などを目的に創設した地域団体商標に登録されており、地域一丸となってブランド力を高めています。

作り方【調理時間:30分程度】

- ① Aを混ぜ合わせて、すし酢を作る(うまく溶けない場合は火にかけて沸騰しない程度に温める)。
- ② すし用の目盛りに合わせてご飯を炊く(目盛りが無い場合は少し固めに炊く)。
- ③ 炊き上がったご飯に①を入れ、しゃもじで切るようにまぜたら、ぬれ布巾をかけておく。
- ④ 巻きすにラップを敷き、温めたウナギのかば焼きを皮を上にして置き、その幅に合わせて③のシャリ(酢飯)を棒状に置く。ラップごと巻き、巻きすで形を整える。
- ⑤ ラップごと一口大に切り、ラップを外して器に盛り完成！

POINT ラップを外してから切るとウナギのかば焼きが落ちてしまうので、ラップを巻いたまま切ります

レシピ提供者からひと言

刻んだ大葉、いりゴマをシャリにまぜ込むと、違った風味になります。

レシピ提供者

千歳さくいち 鈴木 稔さん



2001年に菊一本店入社、現在に至る。

event information

浜松出世パークで2つのイベントを同時開催！
おいしさとしらべ満載の二日間

10月14日(土)・15日(日)、「どうする家康 浜松 大河ドラマ館」が建つ浜松出世パーク内の葵広場で、「家康楽市」と「家康公まつり」を同時に開催します。ステージプログラムには、歴史学者 磯田道史さんや徳川宗家第19代当主 徳川家広さんも登場します。浜松の魅力を存分に楽しみください！

日時:10月14日(土)・15日(日)10:00~16:30(予定)
 場所:浜松出世パーク内「葵広場」(中区元城町102-1)
 ※各種内容は変更になる場合があります

第13回 浜松パワーフードの祭典
家康楽市2023 ファイナル

- 浜松パワーフード料理ブースが大集合！
- 浜松パワーフードパーク 食に関する体験プログラムなど
- eスポーツ 浜松食材ヌーボークイズに正解して 戦国対戦ゲームにチャレンジ！ など

織田信長、
武田信玄などの
ゆるキャラも
参陣！



第7回 出世の街 浜松
家康公まつり

- 磯田道史さんと徳川家広さんによるトークショー
- 田辺一邑さんによる講談
- 家康公ゆかりの地連携自治体PRブース
- 各地からの武将隊参陣(グレート家康公「葵」武将隊、岐阜城盛り上げ隊) など

家康くん
直虎ちゃん
ふわふわ



対象年齢3歳以上、両日16:00まで

14日
出演



ずん
飯尾和樹さん

おもしろ食しボを
お楽しみに！

15日
出演



歴史学者
磯田道史さん



徳川宗家第19代当主
徳川家広さん



講談師
田辺一邑さん