

## 福島スペシャリテ

Fukushima Spécialité



はなわダリア染めの会  
白石好子さん

## ダリア染め

咲き誇るダリアの  
自然な花色を感じて



▲「道の駅はなわ」  
「湯遊ランドはなわ」でストールやハンカチを販売中。

塙町のシンボル、ダリアの花びらから抽出した染料で染め上げるダリア染め。有志が集まり、「町の特産品を作りたい」との思いから活動を始め、2003年には「福島県特産品コンクール」で知事賞を受賞しました。媒染液(発色を定させる液)の種類や濃度によって色に変化が生まれるため、「思うように染まった時がうれしい」と白石さん。ムラが出ないよう、1枚ずつ手染めで仕上げています。

はなわダリア染めの会  
☎0247(43)0559

今月の旬の素材  
ナス



約90%以上が水分で、夏バテ予防にも最適。  
会津地域の伝統野菜「会津丸茄子」をはじめ、  
県内各地で栽培されています。

毎日の料理を  
楽しみに レシピ

## ナスの冷やしぶっかけうどん

そうめんやそばなどに変えても◎!

## 材料(2人分)

ナス(縦半分にしてアク抜く)……………1本  
豚こま肉(調味液に10分漬けておく)…100g  
A 長ねぎ(千切りにしておく)白い部分3cm  
きゅうり(細切りにしておく)……………1/2本  
卵(溶いておく)……………1個  
ごま油……………大さじ1  
サラダ油……………小さじ2  
白ごま、めんつゆ……………適量  
うどん(ゆでておく)……………2袋  
[調味液]  
おろしにんにく……………小さじ1  
焼肉のタレ……………大さじ2  
豆板醤……………小さじ1

## 作り方

- ① ナスを斜めに薄切りにする。
- ② フライパンにサラダ油少々を入れ(分量外)溶き卵を2回に分けて流し入れる。薄焼きにしたら錦糸卵を作る。
- ③ 中火に加熱したフライパンにごま油と①を入れ、炒めたら取り出しておく。
- ④ ③のフライパンを軽く拭き、サラダ油を入れ中火で豚こま肉を炒める。
- ⑤ 冷やしたうどんを盛りつけた器にAと②③④を盛り付け、白ごまを振ってめんつゆを回しかける。

クックパッド福島県公式キッチン  
「はら食っち～な ふくしま」で  
レシピ公開中

