

きょうの市場から



①7 魚そうめん



鴨川に納涼床が設けられ、祇園祭のお囃子が聞

のど越しつるり暑い夏に

こえてくると京都の夏もいよいよ本番です。夏といえば「そうめん」という方も多いかと思いますが、京都の夏といえば「魚そうめん」ではないでしょうか。

見た目は「そうめん」そのものですが、白身魚のすり身をとろてんのように突き出し茹でると、細長い麺のような姿のかまぼこになります。古くは鱧の身だけを原料として作られており、別名「鱧祭り」と言われる祇園祭の時期には多くの料亭で提供され、親しまれています。その始まりは諸説あ

り、江戸時代とも明治初期とも言われていますが、京都の料亭の主人と老舗かまぼこ店の主人が、何か新しいものを…と試行錯誤の結果生み出されたと言われています。

ネギなどの薬味を添えて冷やしただし汁をかけて食べると、旨味が口に広がり、つるりとしたのど越しが気持ちよく、暑い夏にぴったりの逸品です。高タンパク低カロリーで栄養面でもオススメの食材を今年の夏はぜひいかがでしょうか。

(京都市中央市場)