

せ と ない かい えん がん ち い き ひろしまけん え ひめけん きょう どりょうり
瀬戸内海沿岸地域(広島県・愛媛県)の郷土料理・・・

もぶりがはん

「もぶる」は、^{ひろしまけん えひめけん ほうげん ま}広島県や愛媛県の方言で「混ぜる」という意味の
^{ことば}言葉です。^{せ とうち}瀬戸内でとれる^{ぎょかいりい きせつ やさい}魚介類や季節の野菜などを^{あまから に つ}甘辛く煮付け、
^{しる く いっしょ}その汁と具と一緒に、^{ま りょうり}ごはん混ぜた料理が「もぶりがはん」です。

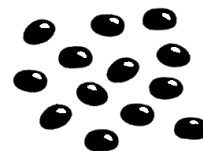
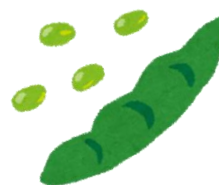


ちりめんじゃこ



ちくわ

えだまめ
枝豆



くろまめ
黒豆



にんじん

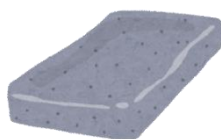


あぶら
油 あげ

ほ
干しいたけ



こんにやく



き ぼ
切り干しだいこん



ごぼう

ことし じゅうさんや がつ にち くりめいげつ まめめいげつ
今年の「十三夜」は、10月13日です。「栗名月」や「豆名月」とよばれることから、
もぶりがはんの具に、えだまめ くろまめ い
もぶりがはんの具に、枝豆と黒豆を入れました。ごはん混ぜていただきます。