

じる ばち汁



材料【4～5人分】

そうめんばち（乾）	40 g	かまぼこ	60 g
油揚げ	20 g	玉ねぎ	1 / 2個
人参	1 / 3本	えのきたけ	50 g
青ねぎ	適量	淡口醤油	おおよそ大さじ1
けずりぶし	適量		

～作り方～

- ①けずりぶしでだしをとっておく。
- ②玉ねぎは薄切り、人参は干切り、青ねぎは小口切り、えのきたけは石づきを取り、食べやすい大きさにカットし、かまぼこはうすいちょう切りにする。
- ③油揚げは短冊切りにし、熱湯をかけ、油抜きをしておく。
- ④鍋にだし汁を煮立て、人参、玉ねぎ、油揚げを入れ、火が通ったらそうめんばち、かまぼこを入れる。
- ⑤淡口醤油で味を調え、青ねぎを加え、仕上げる。



ばち汁は兵庫県播磨地区の郷土料理です。「そうめんばち」はそうめんを作る時に出てくる切れ端のことを言い、三味線の“ばち”に形が似ていることから名付けられました。