

4町のすがたに迫る!

南あわじ市
誕生まで
あと224日

テーマ「まちの料理自慢」

緑町



「のど越しつるり。ヘルシーおからうどん」

緑町が生んだおからうどんは、緑町商工会が中心となった特産品開発委員会で日持ちする半乾麺として商品化され、豆腐の副産物であるおからを加えることで、現代人に不足しがちなミネラルと食物繊維をおいしく取ることができます。お買い求めはサンライズ淡路☎45-1411へ。(3人前スープ付き、525円)

西淡町



「鳴門鯛の活け造りと宝楽焼」

鳴門海峡の荒波でもまれて育ち、美味で有名な鳴門鯛。西淡町阿那賀はこの鯛の漁場として古くから知られ、大正天皇と平成天皇が即位した際に鳴門鯛を献上しています。また、鯛と深く関わる同地区から広がった料理が「活け造り」と「宝楽焼」で、現在、淡路島の郷土料理として多くの方々味が味わっています。

三原町



「健康は玉葱パワーで」

淡路島の特産品として高い評価の玉葱。新鮮な玉葱は水分が多く、辛みより甘みがあるのが特徴です。この辛み成分には、血栓や動脈硬化を予防する働きや疲労を回復させる働きもあります。また甘み成分には整腸作用もあります。年間を通して食卓に登場する脇役ですが、多めに使って主役に見ませんか。(玉葱のピザ風、玉葱のサンドフライ、たこと玉葱のサラダ)

南淡町



「夏の味覚 はも」

南淡の夏の味覚の一つに挙げられるハモは、食感・味の良さが格段に良く、6月から8月のものが特に絶品です。全国的には、「湯引き」や「天ぷら」などが一般的ですが、地元の新たまねぎと一緒に食べる「はもすき鍋」は、淡白なハモの旨味に特産玉ねぎの甘さが溶け合った、地元ならではの逸品です。島外からこの独創的な料理を求めて、多くの人が訪れています。