

❖❖だぶ❖❖

「だぶ」は、根菜類を鶏のだしで煮込んだ、心も体も温まる福岡の郷土料理です。元々、煮しめなどを作った時の野菜の切れ端を活用した賄い料理だったのですが、今では、季節折々の祭や祝い事・仏事に作られています。祝い事の際は材料は奇数、仏事の際は偶数とされてきましたが、現在はあまりこだわっていないようです。

〈材 料〉

里芋	・・・150g
だいこん	・・・100g
にんじん	・・・50g
ごぼう	・・・50g
干しいたけ	・・・3枚
たけのこ	・・・50g
れんこん	・・・50g
こんにゃく	・・・1/2枚
かしわ	・・・100g
厚揚げ	・・・半丁
昆布だし汁、しいたけの戻し汁又は水	・・・800cc

*だし汁は材料がかぶる程度が目安。

薄口しょうゆ	・・・大さじ2
みりん	・・・少々
片栗粉	・・・大さじ1～
油	・・・少々

〈作り方〉

- ① ごぼう、こんにゃくは軽くゆでてアクをぬく。しいたけは水で戻しておく。
- ② 材料はすべて1cm角のさいの目に切る。
- ③ 鍋に油を熱し、かしわを炒め、ごぼう、れんこん、こんにゃく、にんじん、しいたけ、たけのこ、だいこん、里芋の順に加えながら炒める。
- ④ だし汁を加え、アクを取りながら材料が柔らかくなるまで煮る。途中で厚揚げも加え煮る。
- ⑤ 野菜が柔らかくなったら、薄口しょうゆ、みりんで味をつける。
- ⑥ 片栗粉を水で溶き、鍋に入れてとろみをつける。

*食えるときに刻みネギやおろし生姜を添える地域もある。

元々賄い料理なので、具にきまりはありません。彩りにかまぼこや花ふを使う家庭・地域もあります。

汁の量やとろみ加減も、家庭や地域で様々です。

