



なかみ汁

中身汁とは、豚の内臓（腸、胃）を具にしたお吸い物です。

沖縄の行事では、欠かせない料理の一つです。例えば、お正月、法事、新築祝いなどです。この料理も琉球王朝時代から作られていて伝統ある料理です。豚の内臓（腸、胃）というと、どうしても臭いのが気になるところですが、ちゃんと臭みをとると、鰹のだしと調和されて上品な味になりますよ。

なかみ汁の作り方

材料：豚の胃・腸500g
小麦粉適量 こんにやく
1/3個 干し椎茸4枚 かつ
おだし汁6カップ 塩
少々 醤油少々 生姜適量
①豚の胃・腸は短冊状に切り、小麦粉で強くもみ、水で洗いを3回くらいし、何度も茹でこぼしをし臭みをとる。②鍋にだし汁、具材をいれ煮込み、調味料で味をととのえる。食べるときに、好みによりおろし生姜や青ねぎを加える。

