

# 淡雪みかん雑炊



## 材料 4人分

・ ごはん	お茶碗 3 杯分
・ みかん鍋のだし	適量
・ 小葱	1 / 3 束
・ 卵	3 個

## ● みかん鍋だし ●

・ 1 番だし	1, 100m l
・ 薄口しょうゆ	100m l
・ みりん	100m l
・ みかん果汁	2 個分

## 作り方

- ① ご飯をザルに入れ、水洗いし表面の粘りをとる。
- ② 鍋にだしとご飯を入れ火にかける。  
※鍋の後のだし汁を使うときはザルでこす事！
- ③ ②が炊きあがったら小口切りにしたねぎを散らす。
- ④ 火を止めず卵を黄身と白身に分ける。
- ⑤ 白身は泡立てメレンゲを作り鍋に流し入れ少し加熱する。
- ⑥ 黄身はメレンゲの上に回すように入れ仕上げる。

## 豆知識

「雑炊」と「おじや」は同じ意味で用いられるが地域や家庭によっては別のものとされている。

日本料理で醤油や味噌で味をつけ飯を煮たり、かゆのように米を柔らかく炊き上げた料理で米を煮る音が「じやじや」と聞こえる説や、スペイン語で調理器具の鍋を意味する「olla」(オジャ)による説などで「おじや」と呼ばれる地域がある。