

## 目次

---

春	笹巻き	.....	3
	あさづけ	.....	4
夏	みずたたき	.....	4
秋	がに団子鍋	.....	5
冬	ハツ目料理 かやき 酒粕和え	.....	6
	大根なます	.....	7
行事料理	巻き寿司 花巻き	.....	7
	茶まま	.....	8
	精進料理	.....	9
つけもの	なすの当座漬け (浅漬け)	.....	10
	わらびのみそ漬け	.....	10
郷土のお菓子	かぼちゃようかん	.....	11
	雲平	.....	11
	年輪 (バームクーヘン)	.....	12
伝統料理	すまし餅	.....	12
現代料理	モロヘイヤ麺料理 麺 寿司 いなり	... 13 ~ 14	
	マコモダケ料理 天ぶら 粕煮 卵とじ	... 14 ~ 15	
	華ちゃん豆腐料理 がんもどき		
	豆腐ババロア ひじきとおからの豆乳煮	... 16 ~ 17	