

創業400年 天然醸造の高松味噌、加古川伏流水の恵み 盛典の酒粕、
 地元で採れた季節の旬野菜を使用 加古川の恵みで幸せになる至福の味



優秀賞 (第4位)

え こ が わ な べ
恵 幸 川 鍋

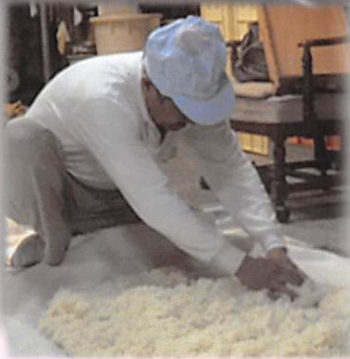
兵庫県加古川市のご当地鍋



味噌 酒粕



高松清太夫老舗



安心して召し上がれる 自然食品



岡田本家



恵幸川鍋には次の五訓が必要で、
四訓目には、作るあなたのこだわり
を入れて、お好みの恵幸川鍋に！

恵幸川鍋五訓

「恵幸川鍋は、
心同くして助け合、加古川を盛り上げん！」

「恵幸川鍋は地産地消であること。」

「恵幸川鍋は、岡田本家の酒粕と
高松清太夫老舗の味噌をつかうこと。」

「恵幸川鍋は旬野菜をつかうこと。」

「恵幸川鍋は、加古川を愛する
は自らの誇りであること。」

「恵幸川鍋は、加古川自慢の
鍋である。」

HT(1)

恵幸川鍋のレシピ例 (4人前)

- 和風出汁・・・1000cc (市販の白だし60cc入り)
- 高松味噌・・・100g (高松清太夫老舗)
- 盛典酒粕・・・60～100g (岡田本家)
- 旬野菜類・・・白菜1/4、キャベツ1/4、大根1/4
人参1/2、長ねぎ1、さつまいも1/4
かぼちゃ1/8、おろししょうが 少量
- 他の具材・・・豆腐1丁、油揚げ1枚

※肉類は、牛・豚・鶏・魚貝・つみれなど、何でも合います

【恵幸川鍋のオススメ・ポイント】

恵幸川鍋の特徴は、風味・栄養に優れた旬の地元野菜を使っていること。また、一般的な粕汁に比べて酒粕に対する味噌の割合が高く、味噌には大豆を使用していることから、味わいはコクが強くなり、必須アミノ酸補給の点で、より健康に役立つと期待されます。

兵庫大学 健康科学部 栄養マネジメント学科
准教授 中井玲子(博士)