



# 九条ねぎ



京都でのネギ栽培の歴史は古く、約1300年前の和銅年間に導入されたとの記録があります。九条ねぎは、古くから、京都市南区の九条辺りで栽培されていたのでこの名がつけました。九条ねぎをふんだんに入れた温かい味噌汁は、風邪の妙薬ともいわれ、ふんだんに食べていただきたい京野菜です。

京都府内の主な産地：京都市・京丹後市・南丹市

## 九条ねぎ焼き



### 【材料 4人分】

小麦粉	1カップ
卵	1個
水	2カップ
九条ねぎ	120g
天かす	75g
干あみエビ	20g
かつお粉	15g
青のり	5g
お好みソース	大さじ 7.5
油	大さじ 2



# 大根



冬の料理に欠かせない大根は、葉が青々として、根にズッシリと重みを感じ、みずみずしく身の締まっているものを選びましょう。

京都府内の主な産地：京丹後市・京都市・木津川市

## けんちん汁



### 【材料 4人分】

木綿豆腐	2/3丁
大根	80g
里芋	80g
鶏肉	80g
ごぼう	50g
こんにゃく	50g
にんじん	20g
青ねぎ	20g
だし汁	2.5カップ
醤油	大さじ2
酒	大さじ1
塩	少々
油	大さじ1/2
ごま油	小さじ1/2

作り方は

きょうと地産地消・食育応援レシピ

検索



# みず菜



江戸時代の書物にも登場するなど、歴史は古い。  
その名のとおりみずみずしさとしゃきしゃきとした食感を  
求めて、いろいろな料理の材料として大人気。

京都府内の主な産地：京丹後市・南丹市・綾部市・宇治田原町

作り方は

きょうと地産地消・食育応援レシピ

検索

地産地消  
きょうと  
食育応援レシピ

## みず菜入りギョウザ



### 【材料 4人分】

みず菜	1袋
豚ミンチ	200g
にんにく	1かけ
土しょうが	15g
餃子の皮	1袋(36枚)
サラダ油	大さじ2
塩	適量
(下味)	
醤油	大さじ2
酒	小さじ2
ごま油	小さじ2
塩・こしょう	少々
(つけだれ)	
醤油	大さじ3
酢	大さじ1
ラー油	適量



# 小かぶ



きめ細かな肉質と繊細な甘みがおいしさの秘訣。かぶの中でも一年中栽培が可能な品種。

京都府内の主な産地：京都市・京丹後市・亀岡市

地産地消  
きょうと  
食育応援レシピ

## 小かぶのあちら漬け



### 【材料 4人分】

小かぶ	350g(2個)
にんじん	少々
昆布	10cm
塩	7g
砂糖	20g
酢	0.5カップ
醤油	2～3滴

作り方は

きょうと地産地消・食育応援レシピ

検索