

43.こねり (豊後大野市)

夏にたくさん採れるなすびを油で炒め、味噌で味をつけ、水で溶いた小麦粉を加えた夏の料理。粉（小麦粉）を加えて練ることから“こねり”という。手軽でおいしく、ご飯にのせると暑い夏でも食が進むので、よく作られていた。なすだけでなく、にがうりや、他にある野菜を入れることもあった。

なすびのこねりは、大分市近郊など県内の他の地域でも作られてきた。また国東半島では、なすびのこねりににがうりを入れる。この料理は“オランダ”と呼ばれている。なぜオランダと呼ぶのかは不明である。

どちらも、今でも夏になるとよく食卓にのぼる料理である。

【材料】 4人分

- | | |
|-------|----------|
| ・なす | 3本 |
| ・ピーマン | 3個 |
| ・いりこ | 適宜 |
| ・小麦粉 | 50g |
| ・水 | 50g |
| ・砂糖 | 少々 |
| ・みそ | 大さじ1、5~2 |
| ・油 | 適宜 |



①なすを切る。



②切ったなすを水にさらす。



③今日はにがうりがないので、ピーマンを入れる。



④鍋に多めの油を熱し、いりことなすを炒める。



⑤なすがしんなりしたら、ピーマンを加える。



⑥小麦粉、みそ、砂糖を水で溶く。水と粉の分量は好みに調整する。



⑦火を弱火にして、溶いた粉を鍋に加える。



⑧混ぜながら粉に火を通す。



⑨味見をして、味を調える。



⑩粉に火が通ったらできあがり。



⑪完成。



にがうりを入れたオランダ