

# 献立ひとくちメモ

7月5日(月)



ほねくのお話です。

今日は和歌山県の郷土料理が登場します。ほねくとは、和歌山県有田（ありだ）市の特産品で、タチウオを骨ごとすりつぶして揚げたものです。骨が丸ごと入っているので、独特の風味と食感があります。正式名称を「骨くり天ぷら」といい、これを略して「ほねく」や「ほねく天」「ほね天」などと呼ばれています。

梅干しも和歌山県の特産品の一つで、栽培面積、出荷量ともに全国一位です。特に盛んな地域はみなべ町で、「南高梅」よも呼ばれています。夏バテに効果があるので、夏に欠かせない食材です。