富山　富山大学附属病院

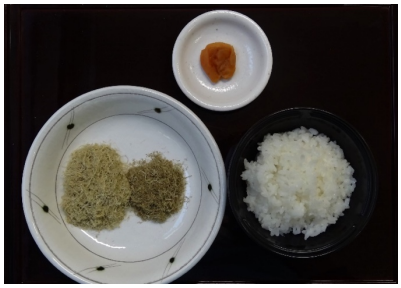
<自慢のメニュー>　　料理名：昆布おにぎり

富山県は昆布の消費が全国に比べても多い地域です。昆布には旨味の素のグルタミン酸が豊富に含まれております。富山県はおにぎりを食する際に、この昆布を鋤いた「おぼろこんぶ・とろろこんぶ」を周りに纏わせて食します。とろろ昆布おにぎりには「黒とろろおにぎり」と「白とろろおにぎり」があり、前者は昆布の外側を鋤いたものを使用し、後者は昆布の内側を使用します。黒とろろは味がしっかりしており、酸味がほのかにあり食欲を刺激します。白とろろはふわっとした食感で塩味とうまみが口の中に優しく広がります。



米飯	150ｇ
梅干し	10ｇ
黒とろろ昆布	3ｇ
白とろろ昆布	3ｇ

<作り方>







①2等分したご飯に梅干しを入れ三角に握る



②黒とろろ昆布、白とろろ昆布をそれぞれふんわりまとわせる



③完成