第四弾

郷土料理メニュー

みそカツ

カツに味噌をかけるだけのとてもシンプルでわかりやすい料理、みそカツ。
そんな味噌かつは大きく2種類に分けられます。
ポイントは味噌ソースにあり。
味噌ソースには、「液体寄り」と「固体寄り」の2種類があります。
一つは「サラサラ系」の味噌ソース
液体に近く、衣や肉によく染み込むタイプです。
もう一つは「こってり系」の味噌ソース
固体寄りのソースで、衣のサクサク感を残しながら、味噌の味をしっかりと感じられます。

にじの郷　管理栄養士　齊藤