

ほっこりやのおばんざい 目次

春

筍の炊いたん	8
淡竹とツナの炒め焼き	10
揚げ野菜のごまあえ	12
うすいえんどうの卵とじ	13
葉ごぼうと牛肉の炒め煮	14
アスパラと鯛の春巻き	16
イサキの稚魚と大豆の炊いたん	18
新じゃがとえんどう豆の炊いたん	20
かつおのサラダ	22
新玉ねぎとサラダごぼうのごまソース	24
鶏肉の山椒焼き	26
野菜のはなし	28
コラム	
鰯の甘酢あんかけ	30
モロッコいんげんとうすあげの炊いたん	32
とうもろこしごはん	33
肉団子の甘酢あんかけ	34
丸なすのゆずこしょう	36
たことわけぎのてっぱい	38
伏見唐がらしとおじやこの炊いたん	39
瓜とたこの梅酢	38
ミニチ詰め厚揚げの炊いたん	40
ゴーヤチャンプルー	42
新玉ねぎの二杯酢	44
白菜のラー油和え	46
おはぎの思い出	47
コラム	

秋

ロールキャベツ	54
肉じゃが	56
筑前煮	58
さんまの揚げ煮	60
揚げなすの麦みそ和え	62
焼きなすのあんかけ	64
輪切り切干し大根とうすあげの炊いたん	65
かぼちゃのいとこ煮	66
ポテトサラダ	68
れんこん団子のあんかけ	70
芹と切干し大根のごまあえ	72
ゆばしめじ	73
コラム	
おでんのはなし	74

夏

おから	30
鯛の子の炊いたん	32
ひじきの炊いたん	33
聖護院大根のごまみそ	34
かす汁	36
干しじんまいとうすあげの炊いたん	38
大根葉とうすあげの炊いたん	39
しぐれ煮	40
かぶのスープ	42
菊菜の白あえ	44
海老いもの炊いたん	46
おはぎの思い出	47
コラム	
鰯の甘酢あんかけ	50
モロッコいんげんとうすあげの炊いたん	52
とうもろこしごはん	53
肉団子の甘酢あんかけ	54
丸なすのゆずこしょう	56
たことわけぎのてっぱい	58
伏見唐がらしとおじやこの炊いたん	59
瓜とたこの梅酢	60
ミニチ詰め厚揚げの炊いたん	62
ゴーヤチャンプルー	64
新玉ねぎの二杯酢	66
白菜のラー油和え	68
おはぎの思い出	69
コラム	

冬

おから	76
鯛の子の炊いたん	78
ひじきの炊いたん	79
聖護院大根のごまみそ	80
かす汁	82
干しじんまいとうすあげの炊いたん	84
大根葉とうすあげの炊いたん	85
しぐれ煮	86
かぶのスープ	88
菊菜の白あえ	90
海老いもの炊いたん	92
京都のやすらぎ「ほっこりや」	96
ほっこりやのひとりごと	99
コラム	
おだしについて	110