



おくずかけ



イメージ

「おくずかけ」

数種類の野菜や、豆腐、油揚げ、豆麩などをだし汁で煮込み、白石温麺を加えて*とろみをつけた、具たくさん汁物です。

宮城県南部を中心に、春秋の彼岸や、お盆の時期などに供される代表的な郷土料理として伝えられています。 *麺を加えないこともあります。

<伝統的おくずかけ 調理例>

【材料（5人分）】

| | |
|---------------|------|
| サトイモ | 100g |
| ニンジン | 50g |
| ゴボウ | 40g |
| ササゲ | 5本 |
| 干し椎茸 | 5枚 |
| 油揚げ | 1枚 |
| 豆腐 | 1/2丁 |
| 糸こんにゃく | 1/2把 |
| 豆麩 | 適量 |
| A調味料 | |
| 醤油 | 大さじ2 |
| 塩 | 小さじ2 |
| B水溶き片栗粉 | |
| 片栗粉 | 大さじ2 |
| 水 | 大さじ4 |
| だし汁 | 6カップ |
| (干し椎茸のもどし汁+水) | |
| 白石温麺 | 1把 |

【作り方】

- ①サトイモはいちょう切りにして塩少々をまぶしておく。ニンジンはいちょう切りに、ゴボウはさがきにして水にさらす。ササゲはゆでて三分分くらいに切っておく。
- ②干し椎茸は水でもどしてから細切り、油揚げは油抜きをしてから細切り、豆腐はさいの目切りにする。糸こんにゃくは3cmの長さに切ってゆでておく。豆麩は水でもどして絞っておく。
- ③だし汁を鍋に入れ、①のササゲ以外の野菜を入れて柔らかく煮る。さらに②を加えてひと煮立ちしたらAで調味し、Bを加えて、とろみがついたら火を止める。
- ④白石温麺をゆでて器に盛り、③をかけ入れて、最後にササゲを盛り付ける。
(監修：みやぎの食を伝える会)

レシピ動画公開中！！

みやぎ仙南 おくずかけ 動画

検索

「おくずかけ」提供店

ここでご紹介している「おくずかけ」の基準

- ・野菜が入っている
- ・白石温麺が入っている
- ・とろみがついている
- ・具だくさんの汁物である

(令和4年4月1日現在)

○白石うーめん やまぶき亭

季節のおくずかけうーめん
きのこのおくずかけうーめん
各1,320円

奥州白石温麺
組合直営店
料理長こだわりの逸品



Tel 0224-25-2322
住所 白石市城北町6-13
営 11:00~14:00
休 水曜日
P 13台 席 100席



○手延白石温麺 味見処 光庵

旨鶏うーめん (光庵風おくずかけ)
※秋・冬限定
1,000円

自家製手延麺を
味わえる
きちみ製麺直営店



Tel 0224-26-2565
住所 白石市本町46
営 11:00~14:15
休 木・第3金・年末年始
P 10台 席 29席

○元祖白石うーめん処 なかじま

おくずかけ
1,000円

創業50年
白石駅前の
老舗店



Tel 0224-25-6670
住所 白石市沢目8-23
営 平日 11:30~14:00
土日祝 11:30~18:00
休 水曜日 席 25席
P 有 (駐車券確認で1時間分無料)



○お食事処 あがつま

おくずかけうーめん
700円

あがつま家の
なつかしい味



Tel 0224-25-5106
住所 白石市福岡蔵本滝下6-8
営 月~土 11:00~18:00
日曜 11:00~14:00
休 無休 (不定休)
P 3~4台 席 20席



○そば処 長寿庵

おくずかけうーめん
950円

体も心も
芯から温まる



Tel 0224-26-3858
住所 白石市柳町69-1
営 昼 11:00~14:30
夜 17:00~20:00
休 火曜日夜の部
P 25台 席 56席

○旬菜中華 東天閣

中華おくずかけうーめん
907円

自家製
万能醤油
ダレ使用



Tel 0224-25-1109
住所 白石市柳町29
営 11:00~14:00
17:30~21:00
休 不定休 P 15台 席 70席

○東北道 菅生PA(上り線) フードコート「和食処けやき」

白石温麺野菜あんかけ
660円

野菜たっぷり
24時間営業



※県道31号仙台村田線沿いの
ウォークインゲートから
歩いて行くこともできます。

Tel 0224-83-2918
住所 村田町大字菅生新堀28
営 24時間
休 無休 P 大型21台 小型99台
席 80席



○大ひょう

コース料理 (毎月1~7日限定)
(3千円, 4千円, 5千円コース ※税別)

宴会コースで
女将特製
おくずかけ登場



※コース料理のみで
の御提供となります。
おくずかけ御希望の方は
お申し付けください。



Tel 0224-53-8703
住所 大河原町字新南44-4
営 平日 18:00~22:00
(21:00までに入店)
休 水曜日 P 有
カウンター 8席, 座敷 20人

○惣菜店 ごっつおうさん

おくずかけ定食 (事前予約が望ましい)
700円

※テイクアウト可

伝統的な
精進料理



Tel 0224-86-5411
住所 大河原町大谷字末広43
営 ランチ 12:00~14:00
惣菜販売 11:00~19:00
休 木・日曜日・祝日
P 3~4台 席 10席

○日本料理 桜坂

おくずかけ (昼のみ提供, 要予約)
1,000円

丸森の野菜を
ふんだんに使用



Tel 0224-87-8844
住所 丸森町字鳥屋119-1
営 11:30~14:00
17:00~ (夜は予約のみ)
休 月曜日
P 8台 席 26席



みやぎ仙南の郷土料理
おくずかけ
OKUZUKAKE

<問い合わせ先>

宮城県大河原地方振興事務所
地方振興部振興第二班
宮城県柴田郡大河原町字南129-1
TEL: 0224-53-3182 FAX: 0224-53-3076
E-mail: oksinbk2@pref.miyagi.lg.jp

※店や季節によって「おくずかけ」の
内容が異なります。
詳しくは各店舗にお問い合わせください。
(価格はすべて税込みです)



みやぎ蔵王
温泉郷
MIYAGI ZAO ONSENKYO

