

アカモクは、浅瀬に多く分布する海藻で、秋から冬にかけて生長し、4～7メートルほどの長さになります。赤い色で強い粘り気をもっています。きれいな赤い色はゆでると緑色に変わります。この時期にしか食べられない海藻を混ぜごはんの具にしました。今回は宮津市で採れたアカモクを使用します。