

ネバリスターの美味しい食べ方

とろろ汁

やまのいも料理の定番。口当たりなめらかでネバリスターの甘さ、美味しさが一番味わえます。

生なら強いねばりが楽しめる

美味しさの秘密は程良い粘り。粘りはナガイモの約2倍です。すりおろしたそのままでも食べられ、手軽さも魅力のひとつです。
やまのいも特有の香りは少なく、どなたにも喜んで食べて頂ける美味しさです。

加熱調理でホクホクに

ネバネバ野菜がホクホクに……
熱を加えると大変身！美味しさ、甘さが際立ちます。
アイデア次第で色々な料理に活用できます。

煮物

サトイモやジャガイモのように煮ると、ホクホクした食感に。
みそ汁やカレーにも良く合います。

とろろそば

なめらかなど越しや舌触りがそばとの相性ぴったりです。

マグロのやまかけ

程良いねばりがやまかけにもピッタリ。マグロの美味しさを引き立てます。

サラダやコロッケに

熱を加えたネバリスターをつぶし、サラダやコロッケの材料にします。

電子レンジで簡単調理

ていねいにラップに包み、100g3分を目安にレンジで加熱します。
塩でもマヨネーズでも良く合います。

和え物

好みに合わせて適度な大きさに切り、梅肉とおかかで味付けすれば、酒の肴に最高です。

刻みとろろ

ナガイモより肉質が緻密なので、やや細めに刻みます。わさび醤油で大人の味に。

田楽

1cm程度の厚さに切り、フライパンで両面を焦がします。最後に田楽味噌をかければ出来上がり。

天ぷら、唐揚げ

ナガイモより水分が少ないので、揚げ物にも向いています。ホクホクした美味しさをより味わえます。