

RECIPE



今月のレシピ（12月26日更新）

「お煮しめ」

「平野寿将 大地に向かってごちそうさま」（家の光協会）68P

年の初めの祝膳、我が家のお正月、定番の皿。
人の出入りの多いお正月、料理は大皿ものが多かった。
中でもこのお煮しめを食べるとお正月を実感するんだ。
土間のところで、大みそかにおおきななべでコトコト炊いていた。
翌日はどの具にもしっかり味がなじんでうまかった。
パリッと皮目を焼いた鶏も、うちならでは。

■材料・4人分

ごぼう：1/2本
れんこん：5cm
大根：5cm
にんじん：5cm
たけのこ：中2本
里いも：8個
こんにゃく：1/2枚
あぶらげ：1枚
しいたけ：5枚
鶏もも肉：1枚

A

だし：1500cc
薄口しょうゆ：80cc
酒：50cc
みりん：50cc
砂糖：大さじ2

■作り方

- (1) ごぼうは皮をこそげて、2cmの長さに切る。れんこんは皮をむき5mm幅に切り、酢水につけておく。大根は皮をむき、形よく切る。にんじんは皮をむき、輪切りにする。たけのこは形よく切る。里いもは皮をむいておく。こんにゃくはたたいて柔らかにし、ねじりこんにゃくにしておく。
- (2) あぶらげは、フライパンに少し多めに油を入れ、焼き揚げをし、形よく切る。鶏もも肉はフライパンで皮目のみをパリパリに焼き、冷水にとり、一口大に切る。
- (3) なべにすべての材料を入れ、Aを入れ、弱火で1時間アクを取りながら煮た後、冷ます。