

ずいきの煮物

材 料(4人分)

ずいき(干し)	60g
つきこんにゃく	1袋
にんじん	250g
ごぼう(太)	1本
揚げ	3枚
いんげん(飾り)	適量
水	適量
麵つゆ	大さじ5
しょうゆ	大さじ5
みりん	大さじ2
酒	大さじ2



- ① ずいきは水洗いし、10分ほどお湯に浸して戻しておき、いんげんはゆでて飾り用に切っておく
- ② 野菜や湯通した油揚げは3~4cmの拍子切りに、つきこんにゃくも湯がいて同じ長さに切っておく
- ③ ごぼう、にんじん、油揚げ、つきこんにゃくを鍋に入れて、ひたひたの水と麵つゆ・しょうゆ・みりん・酒で汁気がなくなるまで煮る
- ④ 最後にずいきを加え、弱火でさっと煮る
- ⑤ 器に盛り、いんげんを飾る