

水口かんぴょう絵巻



材料（5人分）

ニンジン	… 1/3本
インゲン	… 約20本
水口かんぴょう	… 40g
油揚げ	… 1枚
ダシ汁	… 500ml
酒	… 大さじ2と1/2
砂糖	… 大さじ2
みりん	… 大さじ1と1/2
しょう油	… 大さじ2

作り方

- 1) ニンジンを5mm幅の細切りにし、インゲンはヘタを取ってそれぞれ下茹でする。
- 2) かんぴょうを水にもどす。④で結ぶためのかんぴょうを数本取っておき、残りを鍋に入れて熱湯で下茹でする。柔らかくなったらダシ汁で炊く。
- 3) ②の鍋に酒（大さじ1と1/2）と砂糖（大さじ1）を加えて炊き、みりん（大さじ1）、しょう油（大さじ1）を加えてさらに炊く。
- 4) 油揚げを開いてニンジンとインゲン、炊いたかんぴょうを巻き、②で取っておいたかんぴょうで5ヶ所を結ぶ。
- 5) ④を鍋に入れて③のダシ汁を加え、④の半分の高さまで浸かるようダシ汁（分量外）を足す。酒（大さじ1）・砂糖（大さじ1）・みりん（大さじ1/2）・しょう油（大さじ1）を加え、煮ふくめたらできあがり。

ワンポイント!

おダシを含んだかんぴょうがジューシー♪



JAこうか
旬のレシピ集

<http://ja-kouka.shinobi.or.jp/food/recipe/>



他のレシピはこちら!!