



みそおでん



愛知県には、「八丁みそ」という伝統的な調味料があります。「煮みそ」などみそを使った郷土料理も多くあり、昔から親しまれてきました。

じっくり煮込んだみそおでんは、体を温めてくれるので、寒い季節にぴったりのおかずです。



【材料 4 人分】

- ・大根 8cm(240g)
- ・こんにゃく 小1/2 枚
- ・にんじん 7cm(70g)
- ・ちくわ 1本(50g)
- ・はんぺん 1枚(40g)
- ・生揚げ 小1枚(80g)
- ・うずら卵の水煮 8個(70g)
- ・だし汁 800ml
- ・砂糖 大さじ2～大さじ2・1/2
- ・豆みそ 大さじ2
- ・みりん 小さじ2

調味料の分量は、ご家庭の好みに合わせて調節してください



【作り方】

- ① 大根は、厚さ2cmのいちょう切りにする。
こんにゃくは、ひとくちサイズの三角形に切り、茹でてあく抜きをする。
にんじんは、小さめの乱切りにする。
ちくわは、厚さ5mmの斜め切りにする。
はんぺんは、5mm幅に切る。
生揚げは、5mm幅に切り、お湯をかけて油抜きする。
- ② だし汁に、大根とにんじんを入れて煮る。にんじんがやわらかくなったら、こんにゃくを加える。
- ③ 大根に火が通ったら、砂糖、豆みそ、本みりんで味付けする。
- ④ ちくわ、はんぺん、生揚げ、うずら卵を加えて、味がしみるまで煮込む。

