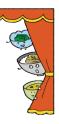






みそおでん





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。
 - クヘルは、 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。



