

切干大根とじゃがいもの煮物



<材料(4人分)>

豚肉(スライス)	80g	日本酒	小さじ 1
油揚げ	40g	三温糖	大きじ 1
じゃがいも	180g	みりん	小さじ 1/2
にんじん	60g	濃口しょうゆ	大きじ 1と 1/2
切干大根(乾燥)	40g	水	100mL
いんげん	20g	削り節	6g
		なたね油	適量

<作り方>

- ① 削り節でだしをとる。
- ② じゃがいもは 1cm幅の拍子切り、にんじんは 5mm幅の千切り、いんげんは食べやすい大きさに切り、油揚げは 6mm幅に切り、切干大根を水戻して食べやすい大きさに切る。
- ③ 鍋に油を熱し、豚肉・日本酒・三温糖を入れて炒める。
- ④ にんじん・油揚げを加えて炒め、だしを加えて煮、アクと油をとる。
- ⑤ みりん・濃口しょうゆを加える。
- ⑥ じゃがいも・切干大根・いんげんを加えて煮、味を整えて完成。

切干大根は、水で戻すと、大根のうま味が溶け出して、おいしい出汁をとることができます。なので、水の代わりに切干大根の戻し汁と一緒に煮込むのもおすすめです。ぜひ試してみてくださいね。