

## おでん風鍋



材料 (2人分)	牛スジ……………75g	はんぺん……………1枚
	卵……………2個	黒酒……………カップ1/2
	大根……………1/4本	水+牛スジのゆで汁…カップ5
	ジャガイモ……………2個	砂糖……………大さじ3・1/2
	厚揚げ……………1/2枚	醤油……………大さじ1強
	こんにゃく……………1/2枚	塩……………小さじ2

- 作り方
- ①牛スジは30分ほど下ゆでしておく。卵はゆでて殻をむく。
  - ②大根は皮をむいて2cmの輪切りにし、20分ゆでる。ジャガイモは皮をむいて食べやすい大きさに切る。
  - ③厚揚げ、はんぺんは斜めに切り、こんにゃくは熱湯に通してから斜めに切る。
  - ④鍋に黒酒、水、牛スジのゆで汁、砂糖を入れ、はんぺん以外の具を全て加えて火にかける。
  - ⑤煮立ってきたらアクを取り、弱火にして10分程煮る。
  - ⑥醤油、塩で味を調べ、さらに20分程煮込み、一度火を止める。
  - ⑦⑥が冷めたら再度煮立て、煮立ったら弱火にしてはんぺんを入れ、10分程煮る。

## 寄せ鍋 (味噌風味)



材料 (2~3人分)	豚こま切れ肉……………150g	長ねぎ……………1本
	白菜……………1/4個	黒酒……………カップ1/2
	シメジ……………1/2株	水……………カップ1
	エノキダケ……………1/2袋	味噌……………大さじ2・1/3
	モヤシ……………1/2袋	醤油……………大さじ1/2強
	豆腐……………1/2丁	豆板醤……………小さじ1

- 作り方
- ①豆腐と白菜は食べやすい大きさに切る。シメジとエノキダケは根を落として粗くほぐす。長ねぎは厚めの斜め切りにする。
  - ②鍋に白菜の芯と豚肉を並べ、水と黒酒を加えて煮立てる。
  - ③②のアクを取り、豆腐、シメジ、エノキダケを入れ、再び煮立ったら味噌、醤油、豆板醤を入れる。
  - ④③に長ねぎ、白菜の葉、モヤシを加え、蓋をして火を通す。