

どんこ汁



●材料 (4 人分)

どんこ・・・・・・・・・・2 匹 (500g)
大根・・・・・・・・・・120g
豆腐・・・・・・・・・・1/2 丁 (200g)
長ねぎ・・・・・・・・・・1 本 (100g)
水・・・・・・・・・・800ml
みそ・・・・・・・・・・大さじ 1 と 1/2
酒・・・・・・・・・・大さじ 2

●作り方

- 1 どんこは、うろこと内臓を取り除く。肝臓は残し、きれいに洗って 2 等分に切る。
- 2 大根と豆腐は大きめのそぎ切りにする。
- 3 長ねぎは 1cm の幅で斜めに切る。
- 4 分量の水を入れ、鍋で大根を煮る。煮立ったら肝臓を入れる。
- 5 どんこと豆腐を入れ、どんこに火が通ったら、酒で溶いたみそを加える。火を止めた後 3 を入れる。



ワンポイント

どんこは、エゾイソアイナメの別名で、秋から冬が旬の魚です。肝臓もおいしく、みそとの相性がとても良いので、汁ものや肝あえにして食べられることが多いです。