

いものこ汁



●材料（4人分）

豚肉・・・・・・・・・・80g	豆腐・・・・・・・・・・120g
里芋・・・・・・・・・・4個（320g）	小ねぎ・・・・・・・・・・12g
にんじん・・・・・・・・・・中 1/2 本（80g）	だし汁・・・・・・・・・・800ml
大根・・・・・・・・・・80g	酒・・・・・・・・・・小さじ 4
糸こんにゃく・・・・・・・・40g	砂糖・・・・・・・・・・大さじ 2
しめじ・・・・・・・・・・40g	しょうゆ・・・・・・・・大さじ 2 と 2/3

●作り方

- 1 糸こんにゃくは水から入れてひと茹でし、水気を切る。
- 2 里芋、にんじん、大根は皮をむき、里芋は一口大に、にんじんと大根はいちょう切りにする。しめじは石づきをとって小房にほぐし、小ねぎは小口切り、豆腐は角切りにする。
- 3 鍋にこんにゃく、里芋、にんじん、大根を入れ、だし汁を加えて中火にかける。煮立ってから 5～6 分経ったら、酒、砂糖、豚肉、しめじを加えてさらに 5～6 分煮る。
- 4 里芋が柔らかくなったら豆腐を加え、しょうゆで調味し、3～4 分煮て仕上げる。
- 5 器に盛り付けたら小ねぎをちらす。



ワンポイント

具たくさんで食べ応えのあるいものこ汁。甘みのあるホッとする味です。みそ味で作るのもおすすめです。