

大豆の切り干し大根煮

切り干し大根の戻し汁を使って、大豆の味付けに



材料(4人分)

大豆	…………	200g
切り干し大根	…………	10g
にんじん	…………	1本
しょうが	…………	1片
ごま油	…………	大さじ1
酒	…………	大さじ1
砂糖	…………	大さじ1
みそ	…………	大さじ1
みりん	…………	大さじ1
塩	…………	少々

作り方

- 1 にんじんは、千切りにする。しょうがは、みじん切りにする。切り干し大根は水に浸して戻しておく。
 - 2 なべにごま油を熱し、しょうがを炒める。香がたってきたら、にんじんを加え炒める。
 - 3 にんじんがしんなりしたら、戻した切り干し大根を水気を切って加えてさっと炒める。
 - 4 3 に大豆、切り干し大根のもどし汁大さじ5、酒、砂糖、みそ、みりんを入れて煮る。煮汁が少なくなったら塩を加え調味する。
- ・ 切り干し大根のもどし汁は大根の旨味成分等を含んでいるので甘み、旨味がたっぷり。煮るときに加えて味に深みをプラス。