

えんどうのとろみあん

とろみのついたあんは食欲がすすみます



材料(4人分)

えんどう豆	……	500g
だし汁	……	500ml
砂糖	……	大さじ2
みりん	……	大さじ1
塩	……	小さじ1
片栗粉	……	大さじ2

作り方

- 1 えんどうはさやから出してきつと洗う。
- 2 鍋に豆とかぶるくらいの水(分量外)を入れて、加熱する。沸騰したら3分程度固めに茹でる。
- 3 ゆで上がったら煮汁と共に、ボールの中に入れてざるに入れ、直接水を少しずつ注いで、水の中で豆を冷やす。
- 4 鍋にだし汁、砂糖、みりん、塩を入れ、加熱する。
- 5 沸騰したら、水気をきった豆を入れ、再度沸騰したら3分程度煮て、同量の水で溶いた片栗粉を回し入れとろりとしてきたら火とめる。