

鮭の治部煮

とろみのあるだしが口当たりの良い金沢の郷土料理



材料（4人分）

鮭	2切れ
里芋	4個
にんじん	1/2本
しいたけ	4枚
だし汁	300ml
みりん	大さじ2
しょうゆ	大さじ1と1/2
片栗粉	大さじ1
塩	少々
青菜	適量

作り方

- 1 鮭は、食べやすい大きさに切り、塩をふってしばらく10分程度おき、水気をふき取り、片栗粉を両面にまぶす。
- 2 里芋は皮をむき1cm程度の厚さの輪切り、人参は5mm程度の輪切りにする。しいたけは軸を取り4つに切る。
- 3 なべにだし汁、みりん、しょうゆを入れて加熱する。煮立ったら、里芋、にんじん、しいたけを入れて中火で15分程度煮る。
- 4 野菜に火が通ったら、鮭を入れ5分程度煮る。
- 5 器に盛り付け、茹でた青菜を彩りに添える。