

山菜おこわ

網野町新庄 梅田とよみ

材 料

もち米..... 1升	ぜんまい(塩漬)..... 300g
油大さじ3	干しいたけ..... 5枚
しょうゆ..... 180cc	にんじん..... 100g
砂糖..... 50cc	ごぼう..... 100g
	かしわ..... 300g

作 り 方

もち米は洗って1晩水につけておく。

ぜんまいはゆがいて小さく切り、塩抜きする。干しいたけは戻してせん切り、にんじんもせん切り、ごぼうはさがき、かしわも小さく切る。

鍋に油を熱し、を炒めてしいたけのもどし汁を入れ、砂糖・しょうゆで味をつける。

もち米を蒸籠に入れて、強火で30分蒸す。

のかやくを引き上げ、煮汁は2カップになるように水を加える。

のもち米を飯ぼうにあけ、かやくと の煮汁を注ぎ、全体を混ぜ、再び蒸し器に入れて更に15分蒸す。

メ モ

いる道具

バケツ
せいろ
飯ぼう

分量の一例

もち米..... 1升		だし汁..... 2カップ
乾燥ぜんまい..... 50g	調	しょうゆ..... 120cc
干しいたけ..... 30g	味	みりん..... 50cc
油揚げ..... 1枚	料	砂糖..... 大さじ1
ごぼう..... 100g		酒..... 100cc
にんじん..... 100g		
かんぴょう..... 20g		