

# 羅漢和え

丹後町遠下 松井八重子

## 材 料

乾燥ぜんまい..... 50g

調味料 { サラダ油.....大さじ1  
だし汁.....適量  
砂糖.....大さじ $\frac{1}{2}$   
しょうゆ.....大さじ1

糸寒天..... 20g

干し椎茸..... 50g

油揚げ..... 1枚

かまぼこ..... 1枚

合わせ酢 { 酢.....大さじ8  
砂糖.....大さじ6  
しょうゆ.....大さじ $1\frac{1}{3}$

## 作 方

ぜんまいは、ぬるま湯で戻してから一晩水に浸してあく抜きをして3cmの長さに切り、水切りしてサラダ油で炒め、だし汁を加え、砂糖、しょうゆで薄味をつけておく。

糸寒天は両端を輪ゴムでくくり、ぬるま湯で戻して3cmの長さに切る。

干し椎茸は戻して薄味で煮て千切りにする。

油揚げは熱湯をかけて油抜きをして、薄味で煮て千切りにする。

かまぼこは少し蒸してから、細切りにする。

合わせ酢を作り、～ までの材料を和える。

## メ モ

仏様が喜ばれる料理として仏事ごとには欠かせない料理。

油揚げは他のものと一緒に炊くと色がきたなくなるので、単品で炊く。

材料は糸こんにゃく、かんぴょう、にんじんなどを使うこともある。

保存のきく材料を活用した、食物繊維の豊富な一品。

山菜おこわの具としても使うことができる。

## いる道具