

## 1/29 (金) 長芋の甘酢あん (久保 桂奈さん)

(材料2人分)

長芋：300g

鶏ひき肉：100g

酒：大さじ1

ごま油：大さじ1

A { すし酢：大さじ1  
濃口醤油：大さじ1  
水：100ml

(水溶き片栗粉)

片栗粉：小さじ1

水：大さじ1

(トッピング)

小ねぎ：適量

- ① 長芋は皮をむいて、食べやすい大きさに切る。ねぎは小口切りにする。
- ② フライパンにごま油を敷いて中火で熱し、ひき肉と①の長芋を分けて焼く。長芋は時々裏返す。
- ③ ②のフライパンのひき肉に酒をふり、混ぜる。
- ④ ③のフライパン全体に、Aを加え、時々混ぜながら煮る。
- ⑤ ④のフライパンの水分が減ってきたら、先に長芋を器に取り出す。
- ⑥ ⑤のフライパンに水溶き片栗粉を入れて、とろみがついたら火を止める。
- ⑦ ⑤の器に、⑥の甘酢あんをかけ、①の小ねぎを散らす。

レシピはNBCアプリまたは<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。