

2/29 (木)

韓国風おでん

(加藤 奈美さん)

(材料2人分)

大根 (3cm厚さ) : 1~2切れ

じゃがいも : 1個

厚揚げ(三角形) : 4個

角天 : 2枚

餃子天(ウインナー) など : 2個

うずらのたまご(茹) : 6個

A { 水 : 800ml
ダシダ(鶏ガラスープの素) : 小さじ1
濃口醤油 : 小さじ1
酒 : 小さじ1

(タレ)

B { コチュジャン : 15g
砂糖 : 15g
濃口醤油 : 15g
長ねぎ(みじん切り) : 15g

(お好みで)

C { にんにくのすりおろし・粉唐辛子
酢・ごま・ごま油

① 大根は3cmの輪切りにし、皮をむいて、大きければいちょう切りにして、小さければ半分に切る。じゃがいもは皮をむいて半分に切る。厚揚げと揚げかまぼこはザルに広げて熱湯をかけ、油抜きをする。

② ①の厚揚げ2個を一緒に串に刺して、角天は波型に刺す。餃子天は1本ずつ串に刺す。うずらのたまごは3個一緒に串に刺す。同様にもう一セット作る。

③ フライパンに①の大根・じゃがいも、②を入れてAのだし汁を、材料がかぶるくらいまで加えて中火にかけ、沸騰したら、中火弱にして、蓋をし、30分ほど煮る。

④ ボウルにBを入れて混ぜ合わせ、小鉢に入れる。

⑤ ③の大根とじゃがいもに火が入ったら、器に盛り、④のタレを添える。途中でタレに、Cの調味料をお好みで加えると飽きずにいただけます。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター(3階と地下1階)に置いています。
また、NBCアプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でご覧いただけます。