

73. 柿の白あえ(その2)

庄内地方

材料	(6人分)
渋抜きした庄内柿	3個
にんじん	200g
ほうれん草	2~3株
豆腐	300g
ごま	大さじ3
砂糖	120g
塩	少々

用具

- すり鉢
- すりこぎ

作り方

柿は皮をむき、食べ易い大きさに切る。

にんじんは皮をむき、千切りにして塩少々入れたお湯で茹でる。

ほうれん草はよく洗い、茹でて3cmの長さに切る。

豆腐は沸騰したお湯に入れ、一煮立ちさせてから布巾で包み、水気を絞る。

すり鉢でごまをすり、砂糖を入れて更にする。

豆腐と塩少々を加えて、よくすり合わせる。

に柿、にんじん、ほうれん草を入れてよく和える。

ポイント

- 柿は固めのものを選ぶ。
- 豆腐はよくすり、きめ細かにすり上げること。

応用

- ごまのかわりにくるみやピーナッツ等を使うと、また別の風味で楽しめる。
- 青味としてほうれん草のかわりにきゅうりを使うと、さっぱりとした味になる。
- 秋の柿に限らず季節によって、さやえんどう、うど、わらび等を白和えの具にする。白和えは柿の他に、にんじんの白和え、ぜんまいの白和え等よく食べる。糸こんにゃくの白和えも美味しい。

(羽黒町 しゃくなげ会)

庄司 久子

