

26. 雑きのことコンニャクの煮付け

置賜地方

材料	
雑きのこと	400g
こんにゃく	1玉
にんじん	50g
砂糖	大さじ3
醤油	大さじ7
みりん	少々
だし汁	少々

用具

- 鍋
- ざる

作り方(準備)

- 塩漬けの雑きのことを、熱湯にくぐし、一晩水に漬け、塩抜きする。
- 塩抜きした雑きのことをざるに上げ、水を切る。
こんにゃくを短冊切りにし、熱湯に入れてゆがき、ざるに上げる。
にんじんはささがきにする。
雑きのこと、こんにゃく、にんじんを鍋に入れ、砂糖、醤油、みりん、だし汁を入れ、火にかけ、煮付ける。

(飯豊町 深淵グループ)
菅野 はるよ

27. しめじのお吸い物

村山地方

材料 (5人分)	
しめじ	50g
豆腐	1/5丁
三つ葉	少々
醤油	大さじ2

作り方

しめじは石突きを取り、手で適当にさいておく。

豆腐は、1人分として2枚の三角豆腐に切る。

三つ葉は2cm位に切る。

4カップの水にしめじを入れて煮立て、醤油を入れて味付けをする。そこに、 を入れてさっと煮て盛りつけ、 を上にのせる。

(尾花沢市 山百合会)
伊藤 嘉子