

3 1 . あつもの

村山地方

材料

ごぼう	100g
さつまいも	1本
こんにゃく	1枚
椎茸	5枚
ぎんなん	10粒
ゆり根	1個
にんじん	100g
醤油	大さじ3
砂糖	大さじ2
片栗粉	大さじ2

作り方(準備)

- ぎんなんは皮をむいておく。
- ごぼうは皮をこそげて1cm角切りとし、酢水にさらしあくをぬく。
- さつまいもは1cm厚さの輪切り、太い場合は银杏切りにし、水にさらしてあくをぬく。
- ゆり根のりん片をはなし、水洗いしておく。
- 干し椎茸の時は、水に戻してから、生椎茸ならそのまま、ゆりのりん片位の大きさに切る。
- こんにゃくは1cm角切り、にんじんは花型に切る。

鍋にごぼう、さつまいも、にんじん、こんにゃくを入れ、ひたひたの水で煮る。

柔らかく煮えたら調味料を入れしいたけ、ゆり根、ぎんなんを入れて、味を調える。

水溶き片栗粉を入れてとろみをつけ、熱いところをいただく。

ポイント

- 野菜類は固い順に入れて煮る。
- ゆり根は煮過ぎると形がくずれるので気をつける。
- 祝事の時はかまぼこ、法事の時は椎茸を使う。
- お膳に出す時は、あついのを出しふうふういいながら食べる。
- 材料は季節により、くり、里芋などを入れる。

(寒河江市 あやめ会)

石山 つや子