

## 40. ぞく煮

### (つぶつぶ煮、いも煮)

置賜地方

材料	(5人分)
里芋	300g
ちくわ	100g
干し椎茸	20g
にんじん	100g
こんにゃく	100g
水	3カップ
醤油	大さじ3
砂糖	大さじ2
みりん	大さじ2

#### 用具

- ボール
- 鍋
- 花型抜き
- 落とし蓋

#### 作り方

里芋は洗って皮をむき、2 cm 位の乱切りにし、塩少々をふって手でもみ込む。熱湯で下ゆでし、さっと洗ってぬめりを取っておく。

こんにゃくは 5 mm 厚さの短冊に切って、縦中央に切り込みを入れ、一方の端をくぐらせて、たづなこんにゃくにする。

椎茸は柔らかく戻して、いしづきをと、大きいものは 2 つに切る。

にんじんは 3 mm の厚さの花形に抜いておく。

鍋ににんじんを除いた材料を順に並べ、調味料を加え落とし蓋をして沸騰するまで強火、あと弱火にして約 20 分煮含める

にんじんは材料が柔らかくなったから入れる。

#### ポイント

- 器の大きさにより、材料の切り方や大きさを工夫する。
- 季節により、ぎんなんや栗を加えてもよい。

#### いわれ

山や畑でとれる自給の品々を寄せ合わせ、自給物を大切に生かしてきた一つの料理である。

祝事、仏事の献立には、ほとんど入るようになっており、中に入れる材料の数は、五品とか七品の奇数とされている。

また、お正月の献立には栗を入れたぞく煮を用いるが、これは今年 1 年くりまわし(やりくり)がうまくゆくようにと念じる意がこめられているといわれている。

(南陽市 和柳会)

星 みつ子