

5 6 . くきたち干しの煮物

村山地方

材料	(5 人分)
干したくきたち	50 g
つぶし豆	50 g
油揚げ	3 枚
糸こん	1 個
しょうゆ	大さじ 3
みりん	小さじ 1
油	大さじ 3
ごま油	小さじ 1

作り方 (準備)

干したくきたちを、熱湯に入れ一晩つけて戻しておく。

を 1 . 5 cm 位に切っておく。

油揚げは縦半分に切って、千切りにする。糸こんは適当な長さに切る。

鍋に油を熱し、つぶし豆と を最初に炒め、 を加え調味料を入れ、炒め煮にする。

にごま油を加えて、味を整える。

干し方・保存の仕方

くきたちを熱湯にくぐし、さっと茹で、晴天の日に 3 ~ 4 日、陰干しにする。保存は玉ねぎなどの入っていたアミに入れて、さげておく。

(東根市 新東会)

森谷 みよの