

# 酒粕汁

## GOSEN'S UNMEE KYUSHOKU



酒粕を加えたら少し煮立ててアルコールを飛ばしてから、しょうゆ、みそを加えるとおいしくできます。



### 【材料（約4人分）】

- ・豚肉 ..... 40g
- ・酒 ..... 5g
- ・ごぼう ..... 20g(ささがきにして、酢水につける)
- ・だいこん ..... 80g(いちょう切り)
- ・にんじん ..... 40g(いちょう切り)
- ・つきこんにゃく ..... 40g(下茹で)
- ・打ち豆 ..... 12g(水で戻す)
- ・長ねぎ ..... 40g(小口切り)
- ・酒粕 ..... 25g(ぬるま湯で柔らかく溶いておく)
- ・だし汁 ..... 250ml
- ・みりん ..... 小さじ1
- ・濃口しょうゆ ..... 大さじ1
- ・みそ ..... 24g

### 【作り方】

- ① 豚肉に酒をかけておく。酒粕はぬるま湯を加えて柔らかくしておく。
- ② だしをとって、刻んだ野菜を煮込む。あくがたくなると丁寧に取り除く。
- ③ あくが少なくなったら豚肉とみりんを加え、さらにあくを取る。
- ④ 柔らかくなった酒粕をよく混ぜ、③へ加えて煮立たせる。
- ⑤ ④へみそ、しょうゆ、長ねぎを加えて出来上がりです。

\*酒粕や、みその分量はご家庭で調整してください。寒い日には温まる一品です。



鮭の角切りや、さといもを加えて煮物にしてもおいしいです。



五泉のうんめえ給食

にこサポ

五泉市子ども課  
LINE@