



ハピーレシピ辞典



あみだいこん・・・瀬戸内に秋を告げる昔ながらの味。



材料(4人分)

あみ	200g
だいこん	2/3本 (600g)
しょうが	10g
砂糖	大さじ5
酒	大さじ2
しょうゆ	大さじ4

- 1 あみはざるに入れ、水を流しながらきれいにふり洗いし、水けをきっておく。
- 2 だいこんは皮をむいて、厚さ5～6mmのいちよう切りにする。
- 3 しょうがはせん切りにする。
- 4 なべに砂糖大さじ5、酒大さじ2、しょうゆ大さじ3を加えて煮立たせ、あみ、だいこん、しょうがを入れ、落としぶたをして中火よりやや弱火で、だいこんが柔らかくなるまで煮込む。この間、2～3回煮汁をすくってかけ、味を全体によく含ませる。
- 5 最後に、しょうゆ大さじ1を加え、ひと煮立ちさせて風味をつけ、器に盛る。

【コツ】

・だしを加えずにだいこんの水けだけで煮るので、火加減には特に気をつけて煮つまらないようにします。

【メモ】

・生きたあみはそのままをしょうゆで、またはサッとゆでて酢しょうゆで食べてもおいしいものです。