

としよ きゅうしよく ほん で
図書コラボ給食『本に出てくるおいしいもの』

★にぎやかなおでん★

【にぎやかなおでん 出口かずみ著 教育画劇】



《材料（4人分）》

里芋^{さといも}2個・こんにゃく^{にんじん} 1/6丁・焼きちくわ^{ちよう} 1本・大根^や 5cm・揚げボール^{ほん} 4個・一口がんもどき^{だいこん} 4個・ちくわぶ^あ 1本・つみれ^こ 4個・はんぺん^{ひとくち} 1枚・うずら^{たまご} 卵^こ 8個・結び昆布^{むす} 4本・砂糖^{こんぶ} 小^{ほん} さじ1強・しょうゆ^{きよう} 大^{おお} さじ2強・みりん^{きよう} 大^{おお} さじ1/2・さば厚削り節^{あつけす} 12g・水^{ぶし} 360ml

《作り方》

- ①里芋は塩（分量外）でもみ、ぬめりを取る。厚い^{さといも} ちょう切りにする。
- ②こんにゃくは色紙^{しお} 切り、ちくわとちくわぶは乱^{ぶんりようがい} 切り、大根は厚い^と ちょう切りにする。
- ③こんにゃくと大根^{だいこん} は下茹^{したゆ} です。昆布^{こんぶ} は砂^{すな} を払^{はら} う程度^{ていど} にさ^{みす} っと水洗^{みす} いする。
- ④ちくわ、がんもどき、揚げボールは熱湯^あ をかけておく。
- ⑤さば厚削り節^{あつけす} でだし^{ぶし} をとる。
- ⑥だし^じ で大根^{だいこん} 、里芋^{さといも} を順^{しゆん} に加^{くわ} え、半量^{はんりよう} の調味料^{ちようみりよう} を加^{くわ} えて弱火^{よわび} で煮込^{にこ} む。
野菜^{やさい} がほ^{のこ} ぼ煮^{ざいりよう} えたら、残り^{ちようみりよう} の材料^{くわ} 、調味料^{しあ} を加^{くわ} えて仕上^{しあ} げる。