

のっぺ



料理のいわれ

大根、里芋、人参の煮物で、節分と大晦日に必ず食べる料理です。冬のおかずとしてもよく食べます。

材 料

大根	1本
人参	1本
里芋	3~4個
油揚げ	1/2枚
ちくわ	1/3本
砂糖、醤油、酒	適宜
油	少々

作り方

- ① 大根、人参は1 cm の厚みのいちよう切りにする。
- ② 里芋は皮をむいて輪切りにし、塩をまぶして洗い、さっとゆでてぬめりを取る。
- ③ 油揚げは太めのせん切り、ちくわは輪切りにする。
- ④ 鍋に油を入れて野菜をいため、次に油揚げ、ちくわを入れる。
- ⑤ 調味料で味をつけ、フタをして野菜がやわらかくなるまで煮る。
あれば、青み野菜の塩ゆでを添える。

※ 出し汁を加えて炊き、片栗粉でとろみをつけてもよい。