

クッキング料理

大根もちの和風あんかけ

材料	2人分	作り方
白身魚	2切れ	① 大根は皮をむき、皮をみじん切りにする。 大根をおろし、クッキングペーパーをひいて汁と分ける。(汁も使う) れんこんは薄いいちょう切り、にんじんは細切り、しいたけも細切り、きくらげは戻して細切りにする。しょうがはおろす。 大根葉はさっとゆで、細かく切る。ぎんなんは炒ってむいておく。
酒	小さじ2	
大根	400g	
れんこん	20g	
にんじん	15g	
しいたけ	20g	
きくらげ	1g	
ぎんなん	20g	② 汁を切った大根おろしに上新粉を加え混ぜ合わせる。 にんじん、きくらげ、大根の皮、しいたけ、れんこん、ぎんなんの順に混ぜ合わせる。(大根の汁を加えながらかたさを調整する)
大根葉	20g	
上新粉	大さじ2	③ だし昆布を2枚に切りお皿に敷き、魚の切り身をのせ、酒をふりかける。 ②を二つに丸めて、それぞれにのせる。
大根おろしの汁	240cc	④ フライパンにお湯を2センチ程度入れ、③を入れ、ふたをして火にかける。 煮立ったら火を弱めて15分程度蒸す。
和風だしの素	小さじ2	
うすくちしょうゆ	大さじ1	⑤ あんを作ります。 鍋に大根おろしの汁を入れ、調味料を加えて煮立てる。 (大根おろしの汁が足りない場合は、水をたす)
みりん	大さじ1	
片栗粉	大さじ2	⑥ 煮立ったら、灰汁を取り除き、水溶き片栗粉でとろみをつけしょうがを加える。
水	大さじ4	
しょうが	ひとかけ	⑦ ④の上に⑥のあんをかける。
だし昆布	4g	

