

# つくってみませんか？

青森県の郷土料理。料理用の南部せんべいを入れて煮こみます。



## 〈せんべい汁〉

### 材料(4人分)

鶏もも肉皮なし(小間)	… 50g
酒(下味)	… 小さじ1
ごぼう(ささがき)	… 40g
にんじん(いちょう切り)	… 40g
だいこん(いちょう切り)	… 100g
干ししいたけ(もどす→スライス)	… 2.5g
かやきせんべい(割る)	… 50g
里芋(厚いいちょう)	… 100g
ねぎ(小口切り)	… 50g
厚削り	… (だしをとる)
昆布	… 600cc
しょうゆ	… 大さじ2/3
食塩	… 小さじ1/2
みりん	… 大さじ1/2

### 作り方

- ① だしをとり、だしの中に鶏肉を入れて煮る。(あくをとる)
- ② ごぼう、にんじん、だいこん、しいたけ、さといもを入れて煮る
- ③ 調味料、せんべい、ねぎを入れて煮こむ。
- ④ 味をととのえて仕上げる。

