つくってみませんか？

岩手県の郷土料理♪

＜ひっつみ汁＞





材料(4人分)

○薄力粉	・・・	100g
○水	・・・	60ml
とりもも肉(小間切れ)	・・・	100g
酒(下味)	・・・	小さじ1
だいこん(いちょう)	・・・	80g
にんじん(いちょう)	・・・	50g
しいたけ(スライス)	・・・	30g
ねぎ(小口)	・・・	50g
◎塩	・・・	小さじ2/3
◎しょうゆ	・・・	大さじ1/2
◎酒	・・・	小さじ2
だし(厚削り、昆布)	・・・	500ml





作り方

① だしをとる。

② ○の材料を混ぜ、みみたぶくらいのやわらかさにこねる。乾燥しないようにラップをして1時間ほどねかせる。

③ 湯を沸かし、手に水をつけながら、②を薄くのばしてちぎって入れる。浮き上がったらあげる。

④ 鍋に少量の湯を沸かし、とりにくを茹でて、あくをとる。

⑤ だし、しいたけ、だいこん、にんじん、を入れて、煮る。

⑥ ねぎ、◎の調味料、③のひっつみを入れて、仕上げる。