

# 「冬自慢」と 金目鯛の韓国風煮つけ

ダイコンのレシピ



韓国風の味つけでスタミナ満点  
おいしいダイコンに鯛のうまみをふくませて

## 材料 (4人分)

「冬自慢」ダイコン……………1/4本  
 金目鯛……………4切れ  
 かつおだし……………3カップ  
 コチュジャン、酒、みりん  
 ………………各大さじ2  
 A (砂糖、しょうゆ……………各小さじ1  
 ショウガ……………1かけ  
 ニラ……………1/2束  
 白髪ネギ……………適量

## 作り方

- ① 「冬自慢」は皮をむいて1 cm 厚さの輪切りにします。ショウガは皮をつけたまま薄切りに、ニラは5 cm 長さに切ります。
- ② 鍋にダイコン、ショウガ、Aを入れて火にかけます。
- ③ 煮立ったら金目鯛を加えて落としぶたをし、弱火で15分ほど煮ます。
- ④ 煮汁が少なくなったらニラを加えて火を止め、器に盛りつけ、白髪ネギを飾ります。

## ワンポイント

「冬自慢」はやわらかくて煮やすいので、調理時間が短くて済みます。