

## 「冬自慢」の スピードおでん

ダイコンのレシピ



**下ゆで不要！火の通りやすい  
「冬自慢」ならではのスピードおでん**

### 材料（2人分）

「冬自慢」ダイコン……………1/2本  
 お好みの練り物……………適量  
 おでんだし汁……………適量

### 作り方

- ① 「冬自慢」は少し厚めに皮をむき、2 cm 厚さの輪切りにします。練り物はサッと下ゆでし、油を抜きます。
- ② 鍋におでん用のだし汁をはり、「冬自慢」と下ごしらえした練り物を入れ、20～30分ほど煮込みます。

### ワンポイント

「冬自慢」は肉質がやわらかく、生でも甘みのある品種なので、下ゆでしないでいきなりだし汁で煮込んでも、ダイコン特有のえぐみや苦味が出にくく、味もしみややすいのです。