

「冬自慢」の 練りゴマ炊き

ダイコンのレシピ



ホクホクのダイコンに
ゴマの香りが香ばしいほっとする一品

材料 (4人分)

「冬自慢」ダイコン	1/3本
だし汁	2カップ
しょうゆ	大さじ3
練りゴマ	大さじ2
酒、みりん	各大さじ1
砂糖	大さじ1/2
すりゴマ	適量
小ネギ	適量

作り方

- ①「冬自慢」は一口大の乱切りにします。
- ②「冬自慢」とAを鍋に入れて火にかけ、煮立ったら落としふたをして弱火で煮込みます。
- ③「冬自慢」がやわらかくなったら器に盛りつけ、すりゴマと小口切りにした小ネギを散らします。

ワンポイント

やわらかくて煮えやすい「冬自慢」。乱切りにすることでいっそうスピードアップ！