

「冬自慢」とイカの煮物

ダイコンのレシピ



ブリーダー(品種開発担当者)おすすめの簡単レシピ!
**ジュワーツと染み出る「冬自慢」の水分が、
 煮汁とイカのうまみによく絡む絶品です**

材料 (4人分)

ダイコン「冬自慢」…………… 500～600g 程度
 イカ…………… 1 パイ
 かつおだし(顆粒)…………… 適量
 水…………… 「冬自慢」が浸るぐらい
 砂糖…………… 大さじ3
 しょうゆ…………… 大さじ2
 みりん…………… 大さじ1
 ネギ…………… お好みで適量

下ごしらえ

「冬自慢」は短時間で味が染みやすいように乱切りにします。イカは下処理をして輪切りに。ゲソも使います。

作り方

- ① 「冬自慢」を鍋に入れ、水と調味料を加えます。
- ② 沸騰したら火を弱め、落し蓋をして「冬自慢」に火を通します。
- ③ 火が通ったら、イカを入れてサッと煮ます。
- ④ お皿に盛って、お好みでネギなどを散らせば出来上がり。