

上庄さといもと厚あげの ゆずあんかけ

ゆずの風味が厚揚げや上庄さといもとよく合います。



上庄さといも

大野市上庄地区で生産されるブランド里芋です。2017年には地域の産品ブランドを国が保護する地理的表示（GI）保護制度に登録されました。小ぶりで身が締まり煮崩れしないため、里芋の旨みを堪能できます。

材料(4人分)

上庄さといも	400g
厚あげ	1枚
塩(里芋のぬめり取り)	大さじ1
水溶きかたくり粉	適量
ゆずの皮の干切り (ゆずの皮すりおろしでも可能)	適量

材料 A	だし	400ml
	薄口しょう油	大さじ2
	濃口しょう油	大さじ1
	みりん	大さじ1
	砂糖	大さじ1

作り方

1. 上庄さといもの皮をスプーンでこそぎとる。次に塩を振って、手でもみこむようにしてぬめりを取り、流水で洗い水気を切り、一口大に切る。
2. 厚あげを一口大に切る。
3. フライパンに[2.]を入れて焦げ目をつけたら[1.]を入れて少し炒め、(材料A)を入れて上庄さといもが柔らかくなるまで(中火で10分～15分)炊く。
4. 上庄さといもが柔らかくなったら取り出し、残った煮汁にゆずと水溶きかたくり粉を加えてとろみをつけて、器に盛り付けて完成。

POINT

長く煮すぎると煮汁が少なくなって、餡が作れなくなるので、煮詰めすぎないように気を付けてください。