

料理名	ぜんまいの大豆和え
市町名	鯖江市
伝承料理の いわれ	浄土真宗門徒にとって最も大切な仏事の報恩講の法要に欠かせない報恩講料理の一品です。
材料	大豆：1合、干しぜんまい：25g、人参：20g、 青葉：50g、砂糖：70g、塩：小1/2、 薄口しょう油：少々、酒：少々、みりん：少々
作り方	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 大豆を洗い水につけておく（一晚）</li> <li>2. 干しぜんまいは沸騰したお湯に入れ5分程度煮そのまま一晚おく。</li> <li>3. 大豆を煮る（男煮）すり鉢にてよくすり（ミキサーでもよい）砂糖、塩を入れて味を付ける。</li> <li>4. ぜんまいはよく洗って、3～4cmに切る。</li> <li>5. 人参は細めの短冊に切る。</li> <li>6. 青葉を湯で2cm位に切る。</li> <li>7. ぜんまい、人参、青葉にしょう油、酒、みりん味をつける。</li> <li>8. ③と⑦を混ぜ合わせて出来上がり。</li> </ol>