

料理名	ぜんまいの白和え
市町名	鯖江市
伝承料理の いわれ	報恩講、仏事するとき精進料理の一品として作ります。
材料	干しぜんまい：13g（もどしたのなら100g）、 砂糖：大1/2、塩：大1/4、水：25cc、 みりん：大1/4、木綿とうふ：1/4丁、 砂糖：大1、塩：小1/4、白ごま：大1強
作り方	1. 干しぜんまいは熱湯でもどし、水洗いして3～4cmの長さにきり、薄味で煮含める。 2. 油がでるまでゴマをすり、ここへ湯通しして絞った豆腐を入れ更にする。 3. ②に塩、砂糖で味付けし、ねばりが出る位までする。 4. ③で①を和える。 ※食卓に出す寸前に和えるとよい。