

庄内のいも煮



材料（5人分）

豚肉／300g 洗い里芋／600g
ささがきごぼう／1袋
こんにやく／1袋 しめじ／1袋
油揚げ／1枚 長ネギ／1本
味噌／130g 酒粕／適量

- 1 里芋をカットし茹で、アクが出るので一度お湯を捨てる。
- 2 鍋に1と、こんにやく、しめじ、ささがきごぼうを入れ、かぶる位の水を入れて煮る。
- 3 里芋が煮える頃に一口大に切った豚肉・油揚げをいれ、アクをとりながらしばらく煮る。
- 4 味噌・酒粕を入れ味を整える。
- 5 最後に長ネギを入れてできあがり。