

奈良の郷土料理

奈良の雑煮



エネルギー
139kcal (1人分)

材料 (1人分)

(食材)	(分量)
・白玉もち	30 g
・豆腐	20 g
・だいこん	20 g
・にんじん	5 g
・さといも	8 g
・だし昆布	0.5 g
・うるめ節	3 g
・みそ	6 g
・白みそ	5 g
・水	110 g
・きな粉	5 g

作り方

- 鍋にだし昆布・うるめ節・水を入れて火にかけ、だしをとる。
- 具材を切る。
豆腐…さいの目切り
だいこん…いちょう切り
にんじん…いちょう切り
さといも…スライス
- 分量の一部のだし汁でみそを溶く。
- 鍋にだし汁を入れ、煮えにくい材料から順に入れ煮えたら、白玉もちを加えてさらに煮る。
- みそを入れて味を調え、仕上げる。

ひとことメモ

白みそ仕立ての雑煮で、雑煮のもちを取り出して、砂糖入りのきな粉につけて食べます。家庭では白玉もちを丸もちに変えて作ってみてください。

