

青森シャモロックの土手鍋



材 料 (1 人 分)

- | | | |
|--------------------|----------------|-------------|
| ・青森シャモロックむね肉・・・60g | ・砂肝・・・1個 | ・レバー・・・20g |
| ・ハツ・・・1個 | ・ささがきごぼう・・・10g | ・玉ねぎ・・・1/4個 |
| ・春菊・・・少々 | ・木綿豆腐・・・1/10丁 | ・しいたけ・・・1個 |
| ・えのき茸・・・1/10パック | ・卵・・・1個 | |

〈 とり味噌 〉

- | | | |
|---------------|---------------|--------------|
| ・白こし味噌・・・700g | ・桜八丁味噌・・・300g | ・みりん・・・144ml |
| ・砂糖・・・100g | | |

〈 西京みそ 〉

- | | | |
|----------------|------------|------------|
| ・田舎味噌（白）・・・1kg | ・砂糖・・・350g | ・酒・・・720ml |
|----------------|------------|------------|

作 り 方

1. むね肉を60g削ぎ身にして重曹に1時間漬けた後、水洗いし水気を拭き取り、西京みそに2～3時間漬ける。
2. とり味噌を合わせ、火にかけて練って冷ます。
3. 鍋にとり味噌を塗り、1で下処理したむね肉・ささがきごぼう・砂肝・レバー・ハツを入れる。だし汁・みりん・薄口醤油・とり味噌を溶きながら煮る。
4. 別皿に春菊・木綿豆腐・しいたけ・えのき茸を盛りつけ、溶き卵をお椀に用意する。