

ホン ショウ パア ツアイ

紅焼白菜



「トロロの白菜で身体も心も暖まる」

白菜の醤油煮込み

材 料（4人分）

◇ 材料

- ・白菜 (大)半分
- ・干し椎茸 4ヶ
- ・干し貝柱 30g
- ※水で戻したもの

◇ 調味料

- ・酒 大さじ 5杯
- ・砂糖 小さじ 1杯
- ・醤油 大さじ 5杯半
- ・スープ 750cc
- ・化学調味料 適宜
- ・水溶き片栗粉 適宜

作り方

- ① 白菜は切り離さないように縦に切り、干し椎茸と干し貝柱は水で戻しておきます。
- ② 調味料を量り、全て混ぜ合わせておきます。
- ③ 分量外のお湯を沸かし、白菜の芯の白っぽさがなくなるまで下茹でをします。
※本来ならば油通しをするのですが、ご家庭では茹でるだけで十分です
- ④ スープに合わせておいた調味料②を入れ熱します。
- ⑤ 干し貝柱と椎茸を入れ、白菜をきれいに並べながら入れ、15分程煮込みます。
- ⑥ 白菜と椎茸を取り出して、器に盛り付けます。
- ⑦ 残ったスープは5分程煮詰め、火を止めて水溶き片栗粉を入れて混ぜ、とろみがついたら再び火をつけ混ぜたら盛り付けて置いた白菜⑥の上にとっぷりとかけて出来上がりです。



◆尾形総調理長のワンポイントアドバイス

干し椎茸は生でも、干し貝柱は缶詰でもいいです。戻し汁は風味が強いののでスープに使用せず、別の料理に使用して下さい。鶏ガラのスープが一番クセがなく白菜などの料理には最適です。ごはんの上に汁ごとかけて、お疲れぎみのお父さん達の胃袋にも優しいヘルシーな中華丼の出来上がりです。鍋の残りものの材料で、立派な一品になる便利なレシピですよ。