

なすそうめん



材料 4人分

そうめん・・・1束 (約 50g)

なす・・・・・・1~2本

油あげ・・・・・・1/3枚

葉ネギ・・・・・・1~2本

だし汁・・・・300ml

みりん・・・・大さじ 3.5杯

しょうゆ・・・・大さじ 1.5~2杯

手順

1. そうめんは、たっぷりの湯で湯掻き、冷水でしっかりと冷やし、水気を切る
2. なすは、縦半分に切ってから、横に斜め切りにする
→水につけて、あく抜きするとよい
3. 油あげは、せんぎりにする
4. 鍋にだし汁をとり、みりんとしょうゆで味付けし、②と③を煮る
5. 具材が煮えたら、①を加え一煮立ちさせる
6. 器に盛り付け、小口切りした葉ネギをちらす

※⑤の所で、そうめんを加えずに荒熱をとり、冷蔵庫でしっかりと冷やしたものを、①へかけて冷たいまま頂く食べ方もある