

麻婆大根

(4~5人分)

サラダ油	小さじ2		
タカノツメ	1本		
しょうが	5g		
にんにく	5g	みじん切り	
豚ひき肉	125g		
にんじん	50g	みじん切り	
干し椎茸	5g	みじん切り	
水	150cc		
豚骨	10g		
日本酒	小さじ1/2		
三温糖	小さじ1		
しょうゆ	大さじ1		
赤みそ	20g		
日本酒	小さじ1		
豆板醤	小さじ1/3		
長ねぎ	150g	みじん切り	
でんぶん	大さじ2		
水	大さじ1		
だいこん	500g	1cm厚さいちょう切	
しょうゆ	大さじ1/2		
ラー油	少々		
ごま油	小さじ1		
にら	30g	1cm幅	

①材料をみじん切りにする。
しいたけは水でもどした後切る。
にらは1cm幅に切り、よけておく。

②鍋に切った大根を入れ、ひたひたにしたるくらいの水と醤油を加えて火にかける。大根が軟らかくなったら汁気をきっておく。

③フライパンに油、鷹の爪、しょうが、にんにくを入れて火にかけ、香りが出てきたら、肉、にんじん、しいたけの順に加えて炒める。

④豚骨スープ、調味料を加えて味を整え、水溶きでんぶんとろみをつける。

⑤②の大根をくわえて味をからめ、にらをくわえる。

⑥最後にラー油、ごま油で香りをつける。

豆板醤・ラー油は好みで調整します。