



今月の郷土料理は関西地方がテーマです。

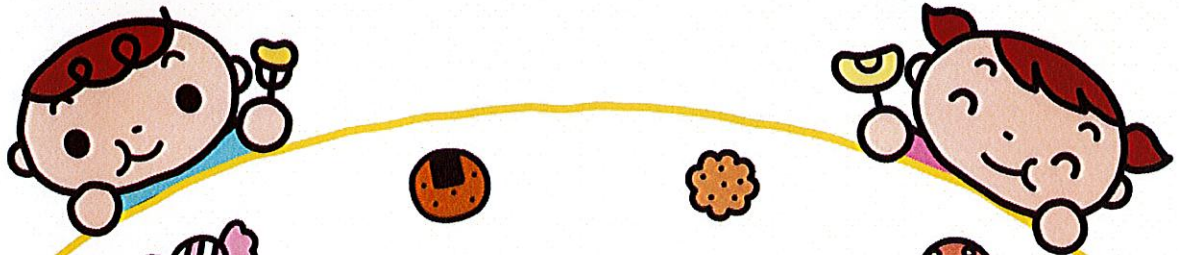
すろっぼ(和歌山県) ※ 干切りにした大根、人参を酢で味付けして煮た料理

(1人分)
 すろっぼ 20g
 大根 80g
 人参 10g
 砂糖 3g
 しょうゆ 2g
 煮干しだし 20g
 酢 1g

(作り方)

- ① すろっぼは油抜きし、干切りにする。
- ② 大根、人参は粗い目のなますで切ります。
- ③ ①、②をだし汁、砂糖、しょうゆを加えて煮る。
- ④ 最後は酢を落とす。

出典: 株式会社SN食品研究所ホームページ



飛鳥汁(奈良県) ※ みそ汁に牛乳を加えて牛乳のまろやかさとコクをプラスさせた料理

(4人分)
 大根 200g
 人参 60g
 長ねぎ 1/2本
 牛乳 150ml
 ① 水 450ml
 (おだし 小さじ)
 みそ 大さじ2

(作り方)

- ① 大根、人参は4cm長さの粗冊切りにする。長ねぎは1cm幅のなますに切り、
- ② ナルに①を入れて火にかける。①の大根、人参、長ねぎを加えて4~5分煮る。野菜に火が通ったら、みそを溶き入れて牛乳を加えて弱火の中火で温める。

出典: AJINOMOTO Park ホームページ

