

うまみたっぷい^{あぶら}油^{ふくぶくろ}あげの福袋煮

○材料（10こ）

- ・油あげ（ふんわりしているもの） 5枚^{まい}
- ・ひき肉（鶏・豚どちらでも）
- ・にんじん 5cmぐらい
- ・たまねぎ 1/2こ
- ・干しいたけ 1枚^{まい}
- ・しょうが 1かけ
- ・しお 少々^{しょうしょう}
- ・片栗粉 大さじ2^{かたくりこ}
- ・水 500ml^{みず}
- ・顆粒だし 小さじ1^{かりゅう}
- ・しょうゆ 大さじ2強^{おお}
- ・三温糖^{さんわんとう}
- ・みりん 大さじ2^{みりん}
- ・酒 大さじ1・1/3^{さけ}
- ・しお 少々^{しょうしょう}
- ・スパゲティ 4本ぐらい^{ほう}



○作り方

- ① 油あげは、湯通しをして、半分に切る。
- ② にんじん、たまねぎ、干しいたけ、しょうがは、みじん切りにする。
- ③ ボールに肉、②、しお、片栗粉をいれてよく混ぜる。



- ④ 油あげの中に③をつめる。スパゲティで油あげの口をとじる。（つまようじでもOKです。）



- ⑤ なべに水～しおまでの調味料を入れる。
- ⑥ 油あげの袋をしきつめる。
- ⑦ 中火で沸いたら、落としぶたをして弱火で15分ほど煮る。



落としぶたは、クッキングシートやアルミホイルでも。真ん中に穴をあけると、蒸気が逃げて落としぶたが浮き上がりにくくなります。