

作り方（材料はすべて4人分）

鍋にみりん 80ml、日本酒大さじ 1 と 1/3 杯、中火にかけ、一煮立ちさせてアルコールを飛ばす。火から下ろして冷めたらしょう油大さじ 2 杯加える。

3. 白和え

A	こんにゃく	1 枚
	にんじん	60 g
	だし汁	1 CUP
	塩	少々
	砂糖	小さじ 1
B	しょうゆ	小さじ 1
	みりん	小さじ 2
	ほうれん草	100 g
	しょうゆ	小さじ 2
	水	小さじ 2
	あえ衣	
	木綿豆腐	200 g
	練りごま	大さじ 2
	砂糖	大さじ 2
	塩	小さじ 2/3

① コンニャくとにんじんは短冊切りにする。

こんにゃくは下茹でをする。

② 鍋にAの材料を入れて温め①を加えて下煮し、冷ます。

温かいまま、あえ衣に加えると傷みやすいので、しっかり冷ましておくことがポイント。また冷ますことで素材に味がなじむ。

③ ほうれん草は色よく茹で、冷水にとって手早く冷まし水気を絞る。3 cm長さに切って混ぜ合わせたBをからめ、汁気を絞る。

④ あえ衣を作る。木綿豆腐をすり鉢に入れ、なめらかにする。口当たりがよいように丁寧にすり上げる。(フードプロセッサーを使ってもよい。)

⑤ ④に練りごまを加え、さらによくすり混ぜ、砂糖と塩で味を整える。

⑥ ⑤に②と③を加えて和える。

4. お吸い物

かまぼこ	4 切れ
おくら	2 本
もち麴	8 ケ
だし汁	600cc
しょうゆ	大さじ /
酒	大さじ /
みりん	小さじ /

① おくらは塩でもみ、さっと茹でて小口切りにする。

② ^{厚さ7~8mmに切る} かまぼこは互い違いに切れ目を入れ、ひねる。

③ だし汁をしょうゆ、さけ、みりんなどで調味し、麴を入れる。

④ お椀に①と②を入れ、③を注ぐ。

5. ミルクくずもち

A	くず粉	80 g
	砂糖	40 g
	牛乳	400ml
	きな粉	大さじ 1
	抹茶	大さじ 1
	砂糖	小さじ 2

① くず粉、砂糖に牛乳を混ぜる。

② 小鍋に①を入れ、火にかけ木べらで混ぜながら加熱する。

沸騰後、弱火にし、粉っぽさがなくなり粘りが出るまで練る。

③ ぬらした型に②を流し、冷ます。固まったらぬらした包丁で食べやすい大きさに切り、Aをまぶす。