

材料(4人分)

里芋...3個 ごぼう...1/3本 にんじん(小)...1本 大根...200g
こんにゃく...1/2枚 干しいたけ...5枚 長ねぎ...2本 木綿豆腐...1丁
餅...適宜 サラダ油...大さじ2
④ だし汁...7カップ 酒...1/4カップ しょうゆ...1/3カップ
みりん...大さじ2

・作り方・

里芋は、洗って皮をむき、1cm強の厚さに切ります。
ごぼうは、5mm強の厚さに斜め切りにし、水に放っておきます。
にんじんは、6mm強の厚さのいちよう切り、大根は1cmく
らの厚さのいちよう切りにします。
こんにゃくは、下ゆでし、水にさらしたあと、 の里芋と同じ
くらいの大きさにちぎっておきます。
干しいたけは、水で戻し、石づきをとって1cm弱に切ります。
長ねぎは、小口より1cm強に切ります。
豆腐は、さらしに包んで軽く絞り、水気を切っておきます。
鍋に油を熱し、 ~ ままでを先に炒め、十分に炒めたところ
に を加えてさらに炒め、 の豆腐を入れてさらに軽く炒めます。
に④のだし汁だけを加えてひと煮立ちさせてから、そのほか
の調味料を入れ、アクをとりながら野菜がやわらかくなるまで
煮ます。
餅をこんがりと焼いて、温めた椀に入れ、 を加えます。

けんちん 雑煮



材料(4人分)

八つ頭芋(大)...1個 米のとぎ汁
にんじん・大根・かつお節...各適宜 丸餅...4個
④ 昆布だし汁...6カップ 酒...大さじ1
西京白みそ...100g強

・作り方・

八つ頭は、皮をむき、大ぶりに切って形を整え、
面とりし、薄い米のとぎ汁で竹串が通る程度ま
でゆで、いったんゆで汁を捨てて水を替えてか
らさらにやわらかくなるまでゆでます。
大根、にんじんは、ともに幅2cm、厚さ約
2mm、八つ頭の太さと同じくらいの長さに切
り、ゆでておきます。
丸餅は、やわらかく煮ます。
④の昆布だし汁に酒を加えてひと煮立ちさせ、
西京白みそを溶かし入れます。
温めたお椀に の八つ頭を入れ、 を紅白に見
立てて八つ頭にか、手前に の丸餅を入れて
のだし汁を張り、かつお節をたっぷりのせま
す。

正月料理

お雑煮あれこれ

お雑煮は、本来、正月三が日の朝食に食べるのが習わし。
それも三が日同じ雑煮ではなく、日ごとに具の数を増やすのが通例です。
ならばいっそ、食べ慣れたわが家のお雑煮は元旦だけにして、
あと2日は全国のいろいろなお雑煮のなかから選んでつくってみてはいかがでしょうか。
新しいわが家の味が発見できるかもしれません。



監修
小田切 貴美先生
(料理研究家)

東京風雑煮



材料(4人分)

紅白かまぼこ...各4枚 鶏もも肉...150g
小松菜・三つ葉...各適宜 へぎゆず...4枚
餅(角切り)...4個
④ だし汁...6カップ 酒...大さじ4
しょうゆ...大さじ1強 塩...大さじ1弱

・作り方・

小松菜は、ひとつまみの塩を入れた熱湯で色よ
くゆでておきます。
鍋に④を入れ、ひと煮立ちさせます。
鶏もも肉は、薄くそぎ切りにし、 に加えて煮
ておきます。
角餅は、焼いておきます。
お椀に の焼いた餅、紅白かまぼこ、 の鶏肉、
の小松菜を入れ、 の汁を張ってから、結ん
だ三つ葉とゆずの皮を平たく切ったへぎゆずを
上に飾ります。

材料(4人分)

ぶり(30g)...4切れ 鶏もも肉(15g)...4切れ
かまぼこ(10g)...4切れ 昆布巻きかまぼこ(10g)...4切れ
大根(3mm厚さの輪切り)...4枚 にんじん(花型)...4枚
里芋(縦半分)...4個 ごぼう(厚めの短冊)...4枚
唐人菜(なければ小松菜またはほうれん草)...4枚 干しいたけ...4枚
丸餅...4個 ゆずの皮...少々
④ 水...5カップ だし昆布...10cm角1枚 かつお節...30g
塩...小さじ1 薄口しょうゆ...小さじ1 酒...大さじ1

・作り方・

④の材料でだし汁をつくります。
ぶりと鶏肉に塩・酒(分量外)をふり、10分くらいおいてからゆでます。
3mm厚さの輪切りにした大根、花型に切ったにんじん、縦半分に切った里
芋、厚めの短冊に切ったごぼう、唐人菜(小松菜またはほうれん草)も全部
ゆでておきます。
干しいたけは水で戻し、戻し汁に酒・砂糖・しょうゆ(分量外)で軽く味
をつけ、下煮をしておきます。
雑煮の底にまず大根を敷き、その上に焼いてお湯につけた餅をのせ、そのほ
かの材料を全部盛り合わせてから のだし汁を注ぎ、ゆずの皮を浮かします。

ぶり雑煮



京風雑煮

