

だんご汁

大分県のソウルフード！
豚肉を使ったうまみとボリュームのある
レシピです。



材 料 【だんご】
(4人分) 小麦粉……………120g
(薄力粉60g、強力粉60g)
水……………60cc

【汁】
豚バラ肉 ……120g 油揚げ……………1枚
大根……………1/2本 ごま油……………小さじ1
にんじん ……1/2本 水……………1000cc
ごぼう ……1/2本 和風だしの素……………10g
里いも ……2コ みそ……………100g
白ねぎ ……1/2本 万能ねぎ……………適量



Recipe レシピ

- ボウルに薄力粉と強力粉を入れ、水を少しずつ加えながらこねる。1つのだんご状にまとまってきたら、親指大に丸めて並べ、乾かないようにぬれ布巾をかけて、1時間ほど寝かせる。
★Point! 水は少しずつ入れ、耳たぶくらいの柔らかさになるように水の量を調整する。
- ごぼうはさがきにして軽く水にさらす。大根、にんじんは皮をむき、いちょう切りにする。里いもは皮をむき、半月切りにする。白ねぎは斜め切りにする。油揚げは細めの短冊切りにする。豚バラ肉は一口大に切る。
- 鍋を中火にかけ、ごま油を入れたら、ごぼうを入れ軽く炒めて油をなじませる。豚バラ肉を入れて肉の色が変わってきたら、水を加える。大根、にんじん、里いも、油揚げを加えて煮る。
- 沸騰してアクが出てきたら、丁寧につくう。和風だしの素を加えて、弱めの中火で煮る。
★Point! 最初に出てきたアクをすくい、その後はとりすぎない。
- 別の鍋で湯を沸かす。1のだんごの両端をつまみ、ゆっくりとのぼし、鍋に落として茹でる。だんごが浮いてきたら、ざるにとる。
- 野菜が煮えてきたら、5のだんごを加える。みそを溶かし入れたあと、白ねぎを加え、火が通る程度煮る。
- 器に盛りつけ、小口切りにした万能ねぎを添えてできあがり。