

さつまいものすいとん入り芋煮汁



<材料>(約こども10人分)

豚肉薄切り	100g
はくさい	200g
だいこん	200g
にんじん	50g
さといも	100g
ごぼう	50g
ねぎ	50g
しめじ	50g
板こんにやく	50g
豆腐	100g
だしの素	15g
水	1200ml
みそ	60g

(すいとん)

さつまいも	200g
小麦粉	100g
塩	少々
水	40~50ml

<作り方>



さつまいものすいとん

- ①さつまいもは皮をむき、薄めの輪切りにし、水に浸しアクを抜いたら蒸します。
- ②マッシャーでつぶします。
- ③塩と小麦粉を入れ混ぜます。
- ④水を少しずつ加えながらこねます。耳たぶくらいの硬さが目安です。
(さつまいもの種類によって水分量が違うので、水は様子を見ながら加えます。)
- ⑤500円玉大のお団子状に型を作ります。真ん中を少しへこますと火の通りが良いです
- ⑥鍋に湯を沸かし⑤の団子をゆでます。浮き上がったら水に取り冷ましざるにあげます



芋煮汁



- ①野菜を食べやすい大きさに切ります。
- ②切った里いもは下ゆでします。こんにやくは手でちぎり下ゆでします。
- ③ごぼうはさがきにし、水につけアク抜きをします。
- ④鍋にさといも、こんにやく、ごぼうと水を入れ煮ます。
- ⑤豚肉、だいこん、にんじん、はくさいを加えアクを取りながら煮ます。
- ⑥さといもが柔らかくなったら、だしとみそを入れます。
- ⑦さつまいものすいとん、豆腐、ねぎを加え、味を整えてできあがりです。

