

## 旨味ドーン!!山ぶつけあんかけ

秋田県立角館高等学校 3年 水戸 郁果 & 真崎 萌夏



### 【材料(1人分)】

《そぼろあんかけ》

- ・鶏ひき肉 50g
- ・油 小さじ1
- ・塩こしょう 少々
- ・中華スープ 260ml
- ・しょうゆ 小さじ2
- ・砂糖 小さじ2
- ・塩 少々
- ・酢 小さじ2弱
- ・片栗粉 小さじ2
- ・水 小さじ4

《野菜の盛り合わせ》

- ・大根 150g
- ・にんじん 10g
- ・ぎんなん(水煮) 3g
- ・スナップえんどう 5g
- ・しいたけ 15g
- ・かにかま 3g
- ・ごぼう 5g
- ・稲庭うどん(乾燥) 2g
- ・中華スープ 600ml

### 【作り方】

《そぼろあんかけ》

- ①最初にひき肉を炒める。
  - ②小鍋にあんの中華スープとしょうゆ、砂糖、塩こしょうを入れて火にかけ、煮立ったら酢を加え、水で溶いた片栗粉でとろみをつける。
  - ③ひき肉をいれて軽く混ぜる。
- 《野菜の盛り合わせ》
- ④具材を切る。大根…4cmの高さになるように切り、中をくり抜く。くり抜いたもので底を作る。にんじん…輪切りをして花の形に型抜きする。しいたけ…軸を落として上に切り込みを入れる。ごぼう…かにかまの大きさに合わせて切る。
  - ⑤①の野菜とスナップえんどうを、中華スープで柔らかくなるまで煮る。
  - ⑥かにかまの赤い部分を広げて、ごぼうに巻き、斜めに切る。
  - ⑦稲庭うどんはお湯で茹でて、数本結ぶ。
  - ⑧器に盛りつけ、そぼろあんを添える。

### 【「サキホコレ」を引き立てる工夫】

サキホコレの特徴であるお米の上品な香りと噛んだときの甘さと合うように少し薄めの味付けにしました。具材を、季節ごとの農産物に変えることにより、旬を味わい、四季の移ろいを感じることができます。