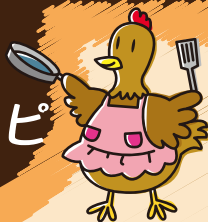


私たちが作りました。



吉崎の伝統郷土料理 ひきとおし鍋のレシピ



ひきとおし鍋は、吉崎に昔から伝わる郷土料理です。『ひきとおし』とは、大切なお客様をお座敷にひきとおし、鶏を捌き調理してもてなしをしていた事から由来します。現在でも地元家庭の味として、人が集まる宴会や催し事の際によく食べられています。

材料(2~3人前)

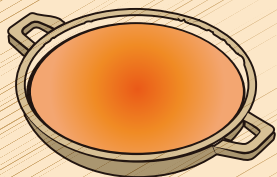
- ・白菜 …… 1/2程度
- ・豆腐 …… 半丁
- ・二んにやく …… 1/2程度
- ・春菊 …… 半分程度
- ・太ねぎ …… 1~2本
- ・生しいたけ …… 3~4個
- ・しめじ …… 適量
- ・えのき …… 適量
- ・そうめん …… 3束
- ・鶏のつみね …… 200g程度



1 お料理前に下準備

- 1.調理する前日にスープを冷蔵庫に預り解凍します。
- 2.野菜その他は、食べやすい大きさに切っておきます。
- 3.二んにやくは、塩もみか湯がいて、小さく切っておきます。
- 4.そうめんを硬めに湯がいておきます。

2 まず、鍋に火をかける！



スープが煮立つまで！

大きめの鍋にスープを入れ、火にかけ煮立たせます。(スープの中には地鶏。ごぼうが入っています)

3 具材を入れて・・・

煮立ったスープに、下ごしらえした野菜、豆腐、二んにやく、そうめんを入れます。



4 出来上がったら吉崎を感じて食べるだけ！

具材がしんなりしてきたら食べごろです。



具材がなくなったら、残ったスープを使用して雑炊をお召しあがりください。

注意事項

- ・長期保存は冷凍庫(-10℃以下)で保存下さい。(6ヶ月以内)
- ・冷蔵(10℃以下)保存の場合は2日以内に喫食下さい。
- ・冷蔵の長期保存はできませんのでおやめ下さい。
- ・袋は衝撃に弱いので袋を傷つけないようにやさしくお取り扱い下さい。