

美酒鍋

材料（4人分）

● 豚肉（一口大）	40g	● 玉ねぎ	120g
● 鶏肉（一口大）	120g	● にんじん	60g
● 酒	小さじ 1	● 切こんにゃく	80g
● 塩	少々	● ねぎ	24g
● こしょう	少々		
● にんにく	少々	● 酒	大さじ 1 と 1/2
● 油揚げ	20g	● 塩	小さじ 1/3
● 白菜	200g	● こしょう	少々
		● 水	80cc

作り方



- ① 油揚げは油抜きをして細切り、こんにゃくはあく抜きをする。
- ② にんにくはすりおろす。
- ③ 白菜はざく切り、玉ねぎはくし形切り、にんじんは短冊切り、ねぎは厚目の小口切りにする。
- ④ 鍋ににんにく、豚肉、鶏肉を入れ、酒、塩、こしょうをふって炒める。
- ⑤ 肉に火が通ったら、こんにゃく、玉ねぎ、にんじん、油揚げを入れて炒める。
- ⑥ 酒、塩、こしょう、水を入れる。
- ⑦ 少し煮込んだら、白菜、ねぎを加えてさらに煮込む。

美酒鍋は、東広島島の郷土料理です。

寒い冬の時期に朝早くから厳しい作業をする杜氏や蔵人たちの労をねぎらうために酒蔵で作られるようになりました。お酒は煮ているうちにアルコールがとび、うまみに変わるので子どもでも食べられます。