

*** タコ酢 ***

<材料> 5人分

タコ 150g~200g・・・薄切り

きゅうり 2本・・・小口切りして塩をふって柔らかくなったら絞る

若芽 5g（乾燥を戻す）少々・・・細かく切る

甘酢＝砂糖大さじ2・塩小さじ2/3・酢大さじ6・土生姜15g・・・細切り



<作り方>

1. ボウルに材料を入れて溶き混ぜ合わせて、甘酢を大さじ1と水大さじ1を混ぜて下味を付けて絞る。
2. ①に残りの甘酢を混ぜなじませてから器に盛る

*** 人参ホタテの炊き込み御飯 ***

<材料> 5人分

人参 1/3本・・・細切り

ホタテ缶（小）1缶

米2合・・・洗ってザルに上げておく

水＝洗い米を計りなおし同量の水

A＝酒大さじ1・みりん小さじ1・塩少々

もみ海苔少々



<作り方>

1. 御飯焚き鍋に米・ホタテ・水を入れて人参・Aを加える。
2. ①を炊飯で普通に炊く。
3. 茶碗に盛りもみ海苔飾る。

*** 水羊羹 ***

<材料> 5人分

A＝水400ml＋粉寒天4g

黒砂糖 50g

黒粒あん 200g



<作り方>

1. 鍋にAをいれて火にかけて溶かし黒砂糖を加えて煮溶かす。
2. ボウルに黒粒あんを入れて①を少しずつ加えて混ぜて溶かし、粗熱を取ってケースに移し冷やし固める。
3. ②が固まったらケースから取り出し器に盛る。