



たけのこの若竹煮

春の味覚・食感と味わい～たけのこレシピ②

たけのこの若竹煮

材 料 (2～3人分)

たけのこ(水煮).....400 g
わかめ生..... 50 g
★水.....200ml
★しょうゆ・みりん・酒
.....各大さじ1
★だしパック(中身)・・・小さじ1/4
※まるものだしパック使用

- 1 たけのこは穂先の柔らかい部分はくし形に、根元の硬い部分は半月切りする。
- 2 わかめは流水できれいに洗い、4cmほどの食べやすい長さに切り水気を切っておく。
- 3 鍋に★とたけのこを入れて、中火にかけて煮立たせる。煮立ったら弱火で13～15分ほど煮込む。
- 4 ③にわかめを加えて、さっと煮て火をとめる。
- 5 器に盛りつけて、煮汁をかけてできあがり♪

コツ・ポイント

- ③でたけのこを煮る時は、落とし蓋をすることをオススメします。
- わかめは煮過ぎないように、火が通ったらすぐ火を止めます。
- 味つけはお好みで調整してください。