

第二部 干し物・穀類・その他

へそ大根

■材料

大根

■作り方

寒中に大根の皮をむき、ほどよくゆで串にさして干す

(資料提供者 棚倉町 松本キヌ子さん)

切り干し大根

■材料

大根

■作り方

①十二月のからつ風がふく頃に大根をせん切りし、冷たい水に三時間位さらす。

②むしろにていねいに広げて凍らせ干す。



(資料提供者 鮫川村 舟木トミさん)

じゃがいも(小さいも)のみそ炒め

■作り方

- ①小さいものは良く洗い(芽の土もきれいに除く)水気をとる。
- ②厚手のなべに油を入れ(小さいがかくれる位)熱したら小さいもを入れ柔らかくなるまで煮る。
- ③別なべにみそ・砂糖・酒を入れ味をととのえ、このじゃがいもの油を切り練りみそで和える。

■材料

小じゃがいも 1kg 揚油 適量
練りみそ (みそ100g 砂糖50g 酒20cc)



(資料提供者 棚倉町 星 キイさん)