



【材料 小鉢6皿分】

三角油揚げ	2枚
親鳥肉	300g
突きこんにゃく	200g
醤油	50cc
酒	30cc
みりん	30cc

1Point!

親鳥は、『しない(秋田弁?)』ながらも、こりこりした食感が人気です。

水500ccを入れた鍋に、一口大に切った親鳥肉を入れ強火で煮る。沸騰したら弱火にし、あくを取りながら30分程煮込む。



醤油、酒、みりんを加え、突きこんにゃくを入れたあと、更に弱火で30分程煮込む。



16等分に切った三角油揚げを入れて、更に15分程煮込む。



小鉢に盛り付けし完成。



〒018-0711

秋田県由利本荘市岩谷町字十二柳117
佐々木商店 責任者 佐々木誠
URL <http://www.aburaage.net/>

工場 秋田県由利本荘市岩谷町字日渡18-1
TEL 0184-65-3061 FAX 0184-65-3686
E-mail info@aburaage.net