

## ぶり大根

材料 (6人分)

|       |       |
|-------|-------|
| ぶりのアラ | 600 g |
| 大根    | 600 g |
| 生姜    | 一片    |
| 砂糖    | 大さじ2  |
| 酒     | 100cc |
| しょうゆ  | 大さじ3  |
| みりん   | 大さじ1  |

◎ 作り方

- ① アラは大きめのぶつ切りにする。  
大根は乱切りにし、生姜は薄切りにする
- ② 鍋に大根を入れ柔らかくなるまでゆでザルにとる
- ③ アラを熱湯の中に入れ、表面の色が白っぽく変わったらすぐに水に取り、血の塊、残ったウロコ、ぬめりなどを丁寧に洗い落とし水気をきる
- ④ 鍋に酒、しょうゆ、みりん、砂糖を合わせ、大根、生姜、アラを入れて火にかけ、煮立ったら中火にしてに含ませる