

第22回群馬県
きのご料理コンクール

群馬県知事賞
最優秀賞



歯応え抜群！まるごと玉ねぎの肉キノコあんかけ

材 料 / 4 人 分

玉ねぎ……………	4 個	はんぺん……………	1 枚(50g)	ゆず(乾物)……………	適量
乾しいたけ……………	4 個	塩・こしょう……………	適量	<あんかけ>	
しめじ……………	100g	油……………	適量	乾しいたけ戻し汁……………	600ml
えのきたけ……………	100g	酒……………	大さじ 3	しょうゆ……………	大さじ 6
エリンギ……………	50g	小ねぎ……………	適量	砂糖……………	大さじ 3
豚ひき肉……………	50g	糸唐辛子……………	適量	水溶き片栗粉……………	適量

作り方

【事前準備】乾しいたけは水につけて戻して、戻し汁も使用する。蒸し器を準備する。

- ①玉ねぎは、上下の部分を平らになるように切り落とし、中をくり抜いて半分使用する。
- ②玉ねぎのくり抜いた部分(半分)としめじ・えのきたけ・エリンギの半分は、フードプロセッサーで粗くみじん切りにする。
- ③しめじ・えのきたけ・エリンギの残りの半分は細長く切る(ほぐす)。水で戻した乾しいたけは、薄切りにする。
- ④豚ひき肉とはんぺんもフードプロセッサーでよく練って、②と混ぜ合わせ、塩こしょうを加える。
- ⑤くり抜いた玉ねぎに④の具を入れる。
- ⑥フライパンに油を敷き、⑤の玉ねぎの上下の面を焦げ目がつくまで焼いたら、一度取出し、蒸し器で約 10 分間蒸す。この時アルミホイルを敷く。
- ⑦別のフライパンに油を敷いて、⑨で細長く切った(ほぐした)きのご類と薄切りにしたしいたけを入れ、中火でさっと炒め、少し火が通ったら、酒を入れ酒蒸しにする。
- ⑧⑦に乾しいたけの戻し汁、しょうゆ、砂糖、蒸し器のアルミホイルにたままった煮汁を入れ、沸騰したら一度火を止め、水溶き片栗粉を加える。再び火をつけ、とろみがつくまで加熱し、キノコあんを作る。
- ⑨盛りつけ用の小ねぎは、細かく小口切りにする。
- ⑩器に⑥の玉ねぎと⑧のキノコあんを盛りつけて、小ねぎと糸唐辛子とゆずを飾って、完成。