

根菜とたこのごまよごし

～金ごまと黒ごまの合わせごまを使って～



使用商品：すりごま名人（黒）70g

姉妹品：合わせごま（黒）80g

<材料> 2人分

ゆでたこ	2足
里芋	6個
小かぶら（葉1個分も）	1個
れんこん	100g
A だし汁	カップ1と1/2
薄口醤油、みりん	各大さじ1
B 酢、だし汁	各大さじ2
砂糖	大さじ1
塩	小さじ1/2
すりごま名人（黒）	
又は合わせごま（黒）	少々
柚子の皮	少々

<作り方>

1. たこは食べやすい大きさに切る。
2. 里芋は皮をむき、塩少々でめめりを取り、洗う。小かぶらは軸少々残し皮をむき4つ割に切る。れんこんは飾り切りにする。
3. 鍋にAと2を入れ、落としぶたをして里芋が柔らかくなるまで煮、1.のたことかぶらの葉を入れサッと煮、火を止める。
4. Bをボールに入れ、軽く水気を取った3.を和え、器に盛り、柚子の皮を散らす。

金ごま本舗株式会社

兵庫県宝塚市山本中3丁目19-26

TEL:0797-80-4150

<http://www.kingoma.co.jp/>