

団子汁

所要時間：約50分

【材料（4人分）】

もち米粉	40g
ごぼう	25g
だいこん	40g
干ししいたけ	少々
青ネギ	2本
豚肉	60g
にんじん	50g
たまねぎ	40g
しめじ	少々
だし汁	60g
みそ	70g
油	適量



【作り方】

- ① もち米粉に水を加え、耳たぶの硬さになるまでこね、人数分に分けて丸める
- ② 丸めた団子をたっぷりのお湯で茹で、水にさらしておく。
- ③ 干ししいたけは水に戻しておく。
- ④ 野菜、肉は食べやすい大きさに切る。
- ⑤ 豚肉を油で炒め、ごぼう、にんじん、大根、玉ねぎ、しいたけ、しめじの順に加え、照りが出るまで炒める。
- ⑥ だし汁を加え、具が煮えたら団子を入れる
- ⑦ 最後に味噌を溶き入れて、器に入れ、小口切りにしたねぎをちらす。

団子をよくこね、丸く平たい形にすると火が通りやすくなります

こちらのレシピは田布施町の「お嫁さん団子汁」を参考に使っています。

田布施町では昔から、産後に「だんご汁」を食べるとお乳が良く出るといわれています。生まれた赤ちゃんが男の子だったら「まゆ型」、女の子だったら「丸型」のお団子を作って食べています。

