

とうがんのゼリー寄せ

《材 料》(4人分)

とうがん	240g
オクラ	1本
きゅうり	1/4本
しょう油	大さじ1・1/2
だし汁	500cc
酒	大さじ1
砂糖	大さじ2
しょうが	5g
ゼラチン	10g



《作 り 方》

とうがんは一口大の角切りにし、やわらかく煮る。

オクラときゅうりは薄く輪切りにする。

①と調味料としょうが汁を加えて煮る。

水でふやかしたゼラチンを③の鍋に入れ、よく混ぜ合わせる。(火を止めてから)

粗熱をとった④を器に入れ、②を飾り、冷やし固める。