れんこんのおろし蒸し焼き



調理時間 75分

材料 (4人分)

レンコン	250g
塩	2ｇ
卵	1個
えび	8尾
エリンギ	1本（約100g）
かまぼこ	1/2パック
いんげん	4本
(A)	
だし汁	2カップ
酒	大さじ1
醤油	大さじ1
みりん	小さじ2
水溶き片栗粉	水：大さじ1.5
	片栗粉：大さじ1.5
練りわさび	適宜

作り方

1. レンコンはおろして、塩と卵を入れて混ぜる。
2. えび、エリンギ、かまぼこは1cmの角切りにする。いんげんは3cm幅に切る。
3. (1)、(2)を混ぜ合わせ、ココットダッチオーブンに入れ、蓋をしてグリルに入れる。
4. 「ココットダッチオーブン」を選択し、タイマーを12分に設定して点火する。消火後、そのままグリルの中で15分余熱する。
5. 鍋に(A)を入れてひと煮し、水溶き片栗粉でとろみをつけてあんをつくりかける。好みで練りわさびを添える。