



### 【材料】（4人分）

さといも	340 g
鶏ひき肉	140 g
長ネギ	1/2 本
こんぶ	5 cm角 1 枚
ゆずの皮	少々
味噌	80 g
みりん	大さじ 1.5
だし汁	40 c c
油・塩	
酒	大さじ 1/2
砂糖	大さじ 2

### 【作り方】

- ①里芋を洗い、両端を切り落として皮を縦にむく。塩もみしてぬめりを取り、洗い流す。  
たっぷりの水、塩少々、こんぶを入れてやわらかく茹で、そのまましばらく置く。
  - ②長ネギはみじん切りにする。
  - ③ボウルに味噌、みりんを入れて溶き、だし汁でのばす。
  - ④鍋に油を入れて火にかけて、鶏ひき肉、長ネギを加えて炒め合わせ色が変わったら酒を入れる。
  - ⑤④に③を入れ、砂糖を加えて合わせ、とろりとするまで煮詰める。
  - ⑥里芋をザルにあけて水気を切り、器に盛って、⑤の味噌だれをかけ、ゆずの皮の千切りを天盛りにする。
- ※茹でた里芋を味噌だれでよく和えてもおいしい。