

# かてめし

由来 1月の山の神、ひなの節句、八十八夜、七夕さま、お盆の入り、えびす様などに作る行事食です。山菜を入れたかてめしもおいしいです。

## 材料 (6人分)

|       |           |        |         |
|-------|-----------|--------|---------|
| 米     | 450g (3合) | 油(炒め用) | 大さじ1杯   |
| 大根    | 150g      | 水      | 100mL   |
| ごぼう   | 50g       | しょうゆ   | 大さじ3杯   |
| にんじん  | 50g       | 砂糖     | 大さじ1杯   |
| 干しいたけ | 4~5枚      | みりん    | 大さじ1杯   |
| 油揚げ   | 2枚        | 酒      | 大さじ1杯   |
|       |           | 塩      | 小さじ2/3杯 |

## 作り方

- ① 米はといて、30分ザルに上げて水を切ってから普通に炊きます。
- ② ごぼうはさがきにして、水につけてあくをぬく。油揚げは油ぬきをして細く切り、大根やにんじんは短冊切りにします。干しいたけは水でもどして短冊切りにします。
- ③ 材料を油で炒めて、水を入れ、一煮立ちしたら、調味料で煮ます。煮汁がなくなるまで煮込みます。
- ④ 炊きあげたご飯に③の具を混ぜ合わせます。

