



蕎麦いなり

仁科三代子さん

材 料

油揚げ（8cm正方位のもの）	8枚		
三つ葉	少々		
わさび	少々		
茹でそば（細切り）	40g		
しょう油	大さじ 4	}	A
砂糖	大さじ 7		
酒	大さじ 1		
だし汁	60cc		
酢	大さじ 2		

作り方

- ① あぶらあげは柔らかくなるまで茹でる（しっかり水切りをする）
- ② Aを合わせて沸騰させ、①を入れ味付し最後に酢を入れ味を整える。
- ③ 油揚げの内側にわさびを適量に塗る。
- ④ 50秒ほど茹でたそばを丸めて、適宜に入れる。
- ⑤ 三つ葉を添え、爪楊枝で口の部分をとめる。