



## ふろふき大根 黒米あんかけ

ほんのり紫色の大根が、とてもきれいでおいしいです！

### 材料(4人分)

大根(葉の方から3cm厚さのもの4切れ) 米のとぎ汁…適量  
水…2カップ 黒米…適量 昆布…8~10cm 塩…小さじ1/2  
うすくちしょうゆ…小さじ2 砂糖…大さじ1 みりん…大さじ1  
かたくり粉…少々

### 作り方

- 1 大根は、3cmの厚さに輪切りにして、皮をむいて、面取りをして、隠し包丁を入れておく。
- 2 鍋に大根と、大根の表面が隠れる程度の米のとぎ汁を入れ、水から固めに茹であげる。
- 3 2の大根をザルにあげ、サッと水洗いして米ぬかを洗い流す。
- 4 新しく用意した鍋に、分量の水、表面を軽くふいて所々に切り込みを入れた昆布、塩、醤油、砂糖、みりん、黒米を入れ、3の大根を水から煮る。
- 5 大根が柔らかく煮えたら、仕上げに、片栗粉を少し入れて、とろみをつける。
- 6 皿に大根をおき、黒米のあんをかけ、盛り付ける。