

こんにゃくの味噌漬け

材料

こんにゃく・・・1枚 (250g)
味噌・・・200g
砂糖・・・30g (または、はちみつ 20g)
みりん・・・大さじ3

作り方

1. こんにゃくは半分に切り茹でる (約5分) ざるにあげて水気を除く。
2. 味噌・砂糖・みりんを混ぜて味噌床を作る。
3. 保存容器に味噌床を1cm厚さ程度に敷いてこんにゃくを並べ、残りをかぶせる。ラップをかけ、冷蔵庫に入れて3～5時間おく。

★柚子、おろししょうゆ、わさび、ネギ等お好みの薬味を添えてください。

こんにゃくのおんみつ

材料

玉こんにゃく・・・200g
黒蜜・・・適量
白玉、または求肥・・・適量
好きな果物・・・適量

作り方

1. 玉こんにゃくは小さいものはそのままの大きさで。大きいものは半分または1/4に切る。お湯で下茹でする（約5分間）
2. ざるにあげて熱いうちに黒蜜の中に入れる。
（黒蜜の糖分をこんにゃくに染み込ませる）
3. 器にこんにゃくと白玉（求肥）果物を盛り合わせて黒蜜を掛ける。

★黒蜜の作り方

黒糖・・・100g、上白糖・・・100g、水・・・100ml を鍋に入れて、煮立って黒糖が溶けたら、火を止めてあくを取り除き鍋のまま冷ます。密封容器に入れて冷蔵庫で保存する。