かぼちゃ、ズッキーニのあんかけ

ズッキーニ（1/2本、約70g）
かぼちゃ（約100g）
三つ葉適量
生麩（約60g）
A＝だし300cc、日本酒・薄口醤油小さじ1/2、 塩小さじ1/2
吉野葛（約20g）※片栗粉でも可
だし30ccほど
おろし生姜（約10g）

材料）
1.ズッキーニはさいの目、カボチャはワタを取りさいの目、生麩は包丁を濡らしてさいの目に押し切りにする。

2.鍋にズッキーニ、カボチャを入れ、Aを入れて火にかける。沸騰したら火を弱め、カボチャに火が通るまで煮る。

3.生麩をいれ、片口のボウルに吉野葛、出汁を入れてよく混ぜ、少しずつ注いでとろみをつけ、三つ葉を入れてざっくり混ぜ、火を止める。

4.おわんに盛り付け、おろし生姜を添える。