

## 牛すじ大根

材料) 2人分

大根1/2本 約500g 2cm幅の輪切りにすると4切れほど

米のとぎ汁 大根がかぶる程度

鰹出汁800cc

A=薄口醤油・日本酒各大さじ1

牛すじ250g

B=だし300cc (鰹だしの残りともすじの茹で汁を好みの割合で合わせる。動画では1:1。)、濃口醤油大匙1と1/2、みりん大さじ1

生姜千切り10g

九条ネギ1本

辛子適量 (お好みで)

作り方)

1. 牛すじはたっぷりの熱湯に入れて茹で、アクが出たら、お湯を捨て、さっと洗う。
2. 再び鍋に入れ、かぶる程度の水、九条ネギの根っこや白い部分、生姜の皮を入れて火にかけて、沸騰したら火を弱めてかぶる程度の水気をキープしながら柔らかくなるまで1時間30分から2時間ほどかけて煮る。
3. 大根は2cmの幅に切り、厚く皮を剥き、鍋に入れ、たっぷりの米のとぎ汁を注いで火にかけて、沸騰したら火を弱めて30分ほど煮て火を止め、すぐにざるに上げてさっと水洗いをし、バットなどに並べて冷めるまで置く。
4. 鍋に3を並べ、かぶる程度のだし800ccほどを張ってAを加えて火にかける。沸騰したら火を弱めて15分ほど煮て火を止め、冷めるまで置く。
5. 2が柔らかくなったらお肉を引き上げ、食べやすい大きさに切り分けて小鍋に入れる。B、生姜を入れて火にかけて、沸騰したら火を弱めて10分ほど煮て、火を止める。
6. 4を食べる際に温め直し、お皿に盛り付けて汁を張り、5を乗せて九条ネギの小口切りを散らし、お好みで辛子を添える。

