

だご汁いろいろ その1 お姫さんだご汁



だご汁とは：

熊本の郷土料理。

小麦粉を練ってのばした団子(だご)と肉類、野菜が入った具だくさんの料理です。

地域、家庭により、入る具材や汁の味、だごの形状が異なります。

材料	分量(2人分)	代替品	材料	分量(2人分)	代替品
【だご】			大根	40g	
さつまいも	100g		にんじん	40g	
小麦粉	20g		ごぼう	40g	
いも煮汁	適宜		白菜	80g	小松菜などの葉野菜
鶏肉	60g	豚肉、貝類、魚のすり身	干しいたけ	4g	生しいたけ、しめじ
油揚げ	20g	厚揚げ、南関揚げ	こねぎ	6g	ねぎ、みつば
里芋	40g	かぼちゃ	だし汁	500ml	
			みそ	20g	

(1)だごを作る

		
①さつまいもをゆでてつぶす。	②①に小麦粉を足し、耳たぶくらいのかたさにこねる。(かたいときはいもの煮汁で調整する。)	③②で一口大の丸いだごを作る。(2人分で6個程度になる)

(2)材料を切る

	鶏肉	一口大に切る。
	油揚げ	油抜きして、1cm幅の短冊切り。
	里芋	一口大に切る。
	大根	いちょう切り。
	にんじん	半月切り。
	ごぼう	ささがき。
	白菜	4cm長さ(葉と軸にわける)。
	干しいたけ	水で戻し、軸をとり、せん切り。
	こねぎ	2cm長さの小口切り。

(3)煮る

	①鍋にだし汁を入れ、煮えにくいもの(大根、人参、干しいたけ、ごぼう、里芋、白菜の軸)から煮る。
	②鶏肉と油揚げを加える。
	③火が通ってきたら、だごを加える。
	④白菜の葉の部分を加える。
	⑤だごに透明感が出るくらい火が通ったらみそをとき入れる。
	⑥器に盛り、こねぎを散らして完成。