



広島県の郷土料理レシピ

材料（4人分）

鶏肉	80g
れんこん	100g
にんじん	70g
大根	140g
ごぼう	100g
里芋	170g
干しいたけ	4g
こんにゃく	..	1/2枚
厚揚げ	1/2丁
〔かつお節	8g
水	適量
しいたけの戻し汁	..	適量
酒	大さじ1
砂糖	小さじ1/2
塩	小さじ1/3
しょうゆ	..	大さじ1
みりん	小さじ1
油	適量

大竹市の「大平」

作り方

- ① かつお節でだしをとっておく。
- ② 鶏肉は一口大に切る。
- ③ れんこん、にんじん、大根、里芋は乱切りにする。
- ④ ごぼうは小さめの乱切りにする。
- ⑤ 干しいたけはぬるま湯で戻して、一口大に切る。（戻し汁はとっておく）
- ⑥ こんにゃくはあく抜きをして、角切りにする。
- ⑦ 厚揚げは1.5cm角に切る。
- ⑧ 鶏肉を油で炒め、だし汁としいたけの戻し汁を加え、れんこん、にんじん、大根、ごぼう、干しいたけ、こんにゃくを入れて煮る。
- ⑨ 具がほぼ煮えた時点で里芋を加え、調味料を入れて味付けをし、最後に厚揚げを加えて煮る。

お祭りなど、人がたくさん集まるときに食べられています。

