

## するめ de キムチ鍋



### 材料 (4人前)

剣先するめ	5枚(142g)
あさり	1パック(270g)
キムチ	200g
卵	4個
☆酒粕	100g
☆水	1ℓ
☆白だし	大さじ1
☆ニンニク(スライス)	ひとつかけ
☆生姜(スライス)	1枚
☆ドライトマト	20粒(40g)
白ネギ	1本
にら	1束
オクラ	4本
豆腐(麺でも木綿でも)	1丁

- 1 鍋に☆の水を入れ酒粕を溶かしドライトマトとニンニク、生姜を入れて火にかけます。
- 2 スルメのゲソを外し胴体のフネを外します。外れにくいようでしたら水をかけながら外側に曲げるようにして取り除きます。
- 3 キッチンバサミなどでゲソは2つに胴体は食べやすい大きさに切ります。
- 4 1にスルメを入れ15~20分ほど煮ます。
- 5 野菜を切ります。白ネギは斜めに。オクラはヘタを取り斜め半分に。にらは長さをそろえます。
- 6 4の味を見て白だしを入れます。豆腐を4つに切り入れ5分程火を入れたら白ネギを入れオクラを入れてキムチを汁ごと入れます。
- 7 一煮立ちしたら卵を割り入れ隙間ににらを入れて出来上がりです。