

木の葉丼



材料【4～5人分】

たまご	4個	サラダ油	適量
かまぼこ	1/4本	砂糖	大さじ1
油揚げ	1/2枚	濃口醤油	大さじ2
玉ねぎ	大1個	淡口醤油	大さじ1
人参	1/2本	みりん	大さじ1
糸こんにゃく	100g	けずりぶし	適量
えのきたけ	60g		
青ねぎ	2本	ごはん	適量

～作り方～

- ① けずりぶしでだしをとっておく。
- ② かまぼこは薄めの厚さに切っておく。
- ③ 玉ねぎはスライス、人参はいちょう切り、青ねぎは小口切りにしておく。
- ④ 油揚げはお湯をかけ油抜きし、短冊切りに、えのきたけは石突きを取り、食べやすい大きさに切っておく。
- ⑤ 糸こんにゃくは食べやすい長さに切り、さっと茹でておく。
- ⑥ 鍋にサラダ油を熱し、人参、玉ねぎ、油揚げを加え炒める。
- ⑦ ①、調味料、糸こんにゃく、かまぼこ、えのきたけを入れ、しばらく煮込む。
- ⑧ 最後にたまごを回し入れ、青ねぎを加えて仕上げる。
- ⑨ ⑧をごはんの上に盛り付ける。



木の葉丼は、かまぼこや青ねぎをたまごでとじた、関西地方発祥の丼ものです。
具材を、舞い散る木の葉に見立てていることから、この名前がついたと言われています。