



筑前煮(福岡県)

「筑前煮」は、別名「がめ煮」ともいいます。昔から正月や結婚式などのお祝い事の時にいつも作られてきた料理です。

鶏肉(もも角切り)	100g	にんじん	100g	清酒	5g
厚揚げ	150g	たけのこ	50g	砂糖	12.5g
じゃがいも	200g	きぬさや	25g	しょうゆ	25g
こんにゃく	100g	干しいたけ	5g	水	100~120cc
		油	適量	(しいたけ戻し汁も含む)	

作り方

厚揚げは油抜きをして2cm角切り、じゃがいもは3cmの乱切りにする。こんにゃくは2×2×1cmの角切りにしてゆでる。にんじんは0.5cmのいちょう切り、たけのこは短冊切りにする。干しいたけは戻して1cm角切りにし、きぬさやはさっとゆでて、1/2にする。

油を熱し、鶏肉を炒め、清酒をふり入れて炒め、少量の砂糖、しょうゆで下味をつけ、にんじん、たけのこ、しいたけ、こんにゃくを炒めてじゃがいもと少量の水を加えて煮る。

厚揚げ、残りの砂糖、しょうゆを加えて煮込む。

きぬさやを入れて仕上げる。