



# ぬかみそ炊きおでん

撮影料理・スタイリング / kumie ochi  
構成 / naoki onishi

米ぬかの風味とまったり感、お醤油を加えて  
お好みの具材を煮込むだけ。  
熱々の深い味わいをお楽しみください。

Nukamisodaki  
Oden





## むかみそおでん

材料 (2人分)

大根 1/2本  
煮込み用ちくわ 2本  
こんにゃく 1/2個  
ゆで卵 2個  
牛すじ肉 2本 (下茹で処理がしてあるもの)

むかみそ炊きの素 1袋

醤油 大さじ3



### 作り方

- ① ちくわは半分の長さで斜め切りに、こんにゃくは好みの大きさに切る。大根は大きな乱切り (もしくは3cmほどの輪切りにしてもよい) にし、竹串がすつと通るまで鍋で下茹でしておく。
- ② 鍋に水 300ml、醤油、むかみそ炊きの素を入れ、中火にかけてよくかき混ぜる。  
そこにゆで卵、牛すじ肉、①の材料を加える。落とし蓋をして弱火で約 20 分煮込めば出来上がり。

