

だご汁

しょうゆ味バージョン

熊本市東区役所保健子ども課



だご汁とは:

熊本の郷土料理。

小麦粉を練ってのばした^{だご}団子と肉類、野菜が入った具だくさんの料理です。地域、家庭により、入る具材や汁の味、だごの形状が異なります。

材料	分量(2人分)	代替品	材料	分量(2人分)	代替品
【だご】			大根	60g	
小麦粉 (薄力粉)	100g	米粉、だんご粉など	人参	40g	
塩	1.4g(小1/4)		里芋	40g	さつまいも、かぼちゃ
水	45~50g		生しいたけ	20g	干しいたけ、しめじ
			ごぼう	40g	
鶏肉	80g	豚肉、貝類、魚のすり身	だし汁	500ml	
油揚げ	20g	南関揚げ、厚揚げ	うすくちしょうゆ	18g(大1)	
白菜	80g	小松菜などの葉野菜	こねぎ	6g	ねぎ、みつば

(1) だごを作る。

<p>①ボウルに材料を入れ、耳たぶくらいのかたさになるまでこねる。水の量はこねながら調節する。水が多すぎる場合は、小麦粉を足す。</p>	<p>②一つにまとめて、ラップをし、30分ほどねかせる。</p>	<p>③まな板に打ち粉(分量外)をして生地を棒状に伸ばし、等分に切る。</p>	<p>④手で薄く平らに伸ばす。</p>

(2) 肉・野菜などを切る。



鶏肉	一口大に切る。
油揚げ	油抜きして1cm幅の短冊切り。
白菜	葉と軸を分け、4cm長さに切る。
大根	いちょう切り。
人参	半月切り。
里芋	一口大に切り、塩でもみ、水ですすぐ。
生しいたけ	石づきをとり、せん切り。
ごぼう	太めのさがき。
こねぎ	小口切り。



(3) 煮る。



- ①鍋にだし汁を入れ、煮えにくいもの(大根、人参、生しいたけ、ごぼう、里芋、白菜の軸)から煮る。
- ②鶏肉と油揚げを加える。
- ③火が通ってきたら、うすくちしょうゆで味付けし、だごを加える。
- ④白菜の葉の部分を加える。
- ⑤だごに透明感が出るくらい火が通ったら盛りつける。
- ⑥こねぎを散らして完成。

