


牛汁

《油谷》旧油谷町では昔から畜産がさかんで、地元の人にはイベントがあると牛汁を振舞います。豚汁に似ていますが、お餅が入っているのが特徴です。

<p>材 料 [4 人分]</p>	<p>牛肉 100g 冷凍里芋 100g 大根 60g 人参 30g こんにゃく 1/5 枚(50g) ごぼう 1/5 本(40g) 餅 2 個 ねぎ 2 本(10g) サラダ油 適量 「だしの素」 4g 麦味噌 50g(大さじ 3)</p>	
<p>作 り 方</p>	<ol style="list-style-type: none">1. 牛肉は食べやすい大きさに切り、ごぼうは斜め切りの薄切りに、その他の野菜は乱切りに切る。2. 牛肉を少量の油で炒め、水 4 カップと野菜を加えて煮る。沸騰したらあくをとる。3. 野菜が煮えたら半分に切った餅をいれ、柔らかくなったら味噌を溶き、だしの素、ネギを加える。	