



おきなわレシピ



イナムドゥチ



expression

イナムドゥチは具たくさん味噌汁で、語源は「猪もどき」。昔は猪（いのしし）の肉を使用していた。イナムルチと表記されることもある。盆や正月などに家庭で作られる郷土料理で、お祝い料理のひとつである。

材 料 (5人分)

- | | |
|---------------------------|-----------------------|
| ■ 豚 肉 : 200g | ■ 白みそ : 小さじ1/2 |
| ■ かまぼこ : 100g | ■ 酒 : 75g |
| ■ 干しシイタケ (水に戻した状態) : 125g | ■ だし汁 : 大さじ1/2 |
| ■ こんにゃく : 適量 | ■ 干しシイタケのもどし汁 : 200ml |



つくり方

1. ...こんにゃくは下茹でする。干しシイタケは水でもどして細切りに、かまぼこも短冊切りにする。
2. ...食べやすい大きさにカットした豚肉を柔らかくなるまで煮込み、アクが出れば取り除く。
3. ...だし汁に、干しシイタケのもどし汁をいれる。
4. ...鍋に細切りにした具材、だし汁と干しシイタケのもどし汁をあわせたものを入れてひと煮立ちする。
5. ...白みそ、酒を入れて弱火で少し煮込めば完成。

お好みでねぎを散らすのもいいし、おろし生姜を入れることで体がポカポカして美味しくなるよ♪



■ 沖縄の方言「いっぺーまーさん」って???

「いっぺー」は「いっぱい」「たくさん」「とても」です。「まーさん」は「美味しい」「うまい(旨い)」です。