

食べてみんなかなあ 郡上の味（こんにゃく）



《こんにゃく》

こんにゃく芋	1kg
水	3.2～4リットル(茹で汁も含む)
炭酸ナトリウム	20～50g
(または、精製ソーダ)	40g

- 1.こんにゃく芋をよく洗い芽のところは取り除きます。
半分に切って芽を取ると、取りやすいです。
- 2.茹でやすい大きさに切り、たっぷりの水でやわらなくなるまで茹でます。
- 3.箸をさしてスツと通るくらいになったらザルに上げ皮をむきます。
- 4.芋が大きい場合は小さく切り、2、3回に分けて、
芋と水をミキサーに入れ芋がこなれたらボールに入れます。
- 5.ミキサーにかけた芋をよくこねます。
よくこねるほど粘りのあるこんにゃくになります。
(そのまま30分ほど置いてもいいです)
- 6.炭酸ナトリウムを200ccほどのお湯で溶き、よくねったこんにゃくに
少しずつ入れよく混ぜるとこんにゃくの色になってきます。
- 7.バットに先ほど溶いた炭酸ナトリウムを少し入れ全体になじませ、
こんにゃくを入れて平らにします。
(表面にも炭酸ナトリウムつけるとつるつるになります、好みで丸くして
もいいです)
- 8.こんにゃくの形が整ったら、大きめの鍋に湯を沸かし30分くらい茹で
ます。
- 9.茹で上がったら水にとります。そのまま茹で汁に入れたままでも長持
ちします。
(刺身こんにゃくで食べるときは食べやすい大きさに切って、もう一度茹
でてから食べます。)