

# 神戸ぼっかけ（牛すじとこんにゃくの甘辛煮）

## ●材料（4人前）

- ・牛すじ肉 500g
- ・こんにゃく 1枚
- ・きざみネギ 適量

## （下ゆで用）

- ※酒 大匙1
- ※しょうが（薄切り）適量
- ※ネギ青い部分 1本分
- ★あまから名人 135cc
- ★楽だし 大匙1
- ★酒 大匙3
- ★牛すじのゆで汁 400cc
- ★水 300cc（※様子を見て追加）



## ●手順

- ①鍋にたっぷりの水（分量外）と牛すじを入れ、5分ほど煮たら、水気を切って アク、脂を洗い流す。
- ②鍋に牛すじと※（下ゆで用材料）を入れ、牛すじが浸るぐらいの水（分量外）を入れて熱し、煮立ったらフタをして弱火で1時間加熱し、牛すじとゆで汁を分ける。（牛すじの部位によって時間が異なるので、柔らかさを確認し時間を調整）
- ③好みのサイズに切った牛すじと、下茹でしたこんにゃくを鍋に入れ、★を加えて強火で加熱し、煮立ったら弱火で煮汁が少なくなるまで煮る。（牛すじの柔らかさと煮汁の量を確認しながら、必要に応じて水を足し、牛すじが柔らかくなるまで煮る）
- ④最後にきざみねぎを添えて、出来上がり！お好みで七味唐辛子も・・・