

# 6. フキフキしそいり子



〈農家の鉄人〉

唐津市 前田 清美さんより

〈材料〉

青しその実

しその葉

いり子

醤油……………カップ1

酒……………大さじ2

砂糖……………大さじ4

みりん……………大さじ4

水あめ……………大さじ4

材料で割合の量は加減する。

〈作り方〉

①しその実、しその葉は枝つきで水洗いした後、実と葉をとる。

②実と葉はゆがき、葉は小さく刻む。

③調味料を合わせて②を入れて弱火で煮る。

④いり子は別鍋で空いりして、③に入れて汁がなくなるまで煮詰める。



しその実、しその葉だけを佃煮して、蓄えておき福神漬け等に利用するとおいしいです。