

十、長いも黒和くろあへ

◎「素人包丁」(一八〇三年)

是も前のごとく、湯煮して皮をとり、小口より切て、黒胡麻くろごま沢山みそに味噌あはに合して、あえて出すべし

◆調理法

長いも二〇〇グラム、黒ごま二〇グラム、白みそ四〇グラム、酒またはみりん少々、塩少々

壺・長芋は塩を少量入れた湯で、茹でて、皮をむいて、賽の目切りにしておきます

式・黒ごまは、炒つてすり鉢で、よく擂ります

参・式のすり鉢に白みそを混ぜすり混ぜながら、酒またはみりんを加えながら、ゆるめてゆきます

四・参に賽の目の長いもを入れて、よく和え、皿に盛りつけて供します