

## Lotus Root Kinpira

Serves 4

- 198 g renkon (lotus root)
- 1 tōgarashi (hot red pepper)
- 2 tsp white sesame seeds
  
- 1 T sesame oil
- 1 T sake
- ½ T sugar
- 1½ T shoyu
- ½ T mirin
  
- Vinegar (suitable amount)



1. Peel the **lotus root** and cut thinly into half-moons. Soak in **vinegar-added water** to remove the bitterness and wipe dry.
2. Remove the stalk and seeds of the **red pepper** and cut thinly
3. Heat the **sesame oil** in a pot, and fry the **lotus root**.
4. When the lotus root becomes translucent, add the **red pepper**, **sake**, **sugar**, **soy sauce**, and **mirin**.
5. Simmer until all the liquid is gone. Sprinkle the **sesame** before serving.

### Tips

- \* Soak lotus root in vinegar-added water to remove the strong bitterness of the lotus root.
- \* Peel off the thick skin of the lotus root.

### Variation

- \* Add green vegetables like snow peas for a beautiful arrangement of colors.
- \* Increase the amount of red pepper or add *shichimi* seven-spice chili mix for a little more punch.



*tōgarashi (dried hot red pepper)*

## れんこんのきんぴら

4人分

れんこん	200g
赤唐辛子	1本
炒りごま(白)	小さじ2
ゴマ油	大さじ1
酒	大さじ1
佐藤	大さじ1/2
しょうゆ	大さじ1 1/2
みりん	大さじ1/2
下ごしらえ用 酢	適宜



1. れんこんは皮をむいて薄い半月形に切り、酢を少々加えた水にさらしてアクを抜き、水けをきる。
2. 赤唐辛子はへたを切り、種を取って輪切りにしておく。
3. 鍋にごま油を熱してれんこんを炒め、れんこんに透明感が出てきたら赤唐辛子、酒、砂糖、しょうゆ、みりんを加え煮汁がなくなるまで炒め煮する。炒りごま(白)をふっていただく。

### コツのコツ

- れんこんはアクが強いので、酢水につけてアクを抜くこと。
- れんこんの皮は厚めにむく。

### バリエーション

- ★ れんこんのきんぴらにゆでたさやえんどうなどの青野菜を入れると彩がよい。
- ★ 辛いのが好みの方は、赤唐辛子を増やすか七味唐辛子を加えてもよい。