

料理名 冬の根菜と厚揚げの含ませ煮

団体名 社団法人 日本料理研究会
作成者所属・氏名 コンラッド東京 日本料理・風花 稲葉正信



〈食材料〉

大根 4分の1本
白菜 4分の1個
人参 少々
小松菜 5分の1束
厚揚げ 3分の1丁
柚子 少々

鰹出汁 900cc
薄口醤油 30cc
みりん 20cc
酒 30cc
塩 少々

〈作り方〉

- 1 大根を皮を剥き3cmの輪切りとし面取りし、1日風干しにする。
- 2 干した大根を一掴みの米と共にボイルをし、一煮立ちさせ冷水に取る。
- 3 白菜は一枚ずつはがし、良く洗い軽くボイルした後、人参を芯にして巻き、かんぴょうにて結ぶ。
- 4 小松菜はボイルし冷水に取り、良く水気を切っておく。
- 5 厚揚げは、一度冷凍したのち冷蔵庫にて解凍しておく。
- 6 鰹を利かした出汁に調味料を合わせ、大根・油抜きした厚揚げをいれ弱火にて炊く。
- 7 大根に8割方火が通ったら白菜・小松菜をいれ、最後に塩にて味を調える。
- 8 それぞれの食材をきれいに盛り付け、天に刻み柚子をのせ、熱々のお出汁を張って出来上がり。

調理方法・味付けで一工夫!

*大根を一日干す事で旨味を凝縮させます。

*厚揚げを一度凍らす事によりお出汁がより含む事が出来ます。

★コツ★

☆大根は同じ厚さに切る事により火の入り方にむらが出来なくなります。

☆大根は面取りを丁寧にやる事により、煮崩れを防ぎます。

☆食材は入れる時には、火の通りを考えて入れましょう。(大根・厚揚げ・白菜・小松菜)

☆シンプルな料理なので、大根と厚揚げの旨味を出汁に十分出した後に、白菜・小松菜を入れるなど、食材それぞれの食感などに気をつけましょう。