

きのこ寄せ飛鳥風ごま豆腐

奈良女子大学附属中等教育学校 村井 文香

調理時間
60分



材料(4人分)

しいたけ・・・2枚
ぶなしめじ・・・1房
枝豆・・・50g

〈調味料A〉

水・・・150cc
だししょうゆ・・・大さじ1½
酒・・・大さじ1

〈調味料B〉

牛乳・・・380cc
水・・・200cc
吉野くず・・・50g
みりん・・・大さじ1
酒・・・大さじ1
ねりごま・・・大さじ3
塩・・・少々

作り方

- しいたけはうすく切り、ぶなしめじは1本ずつほぐしておく。
- ①を調味料Aで水分がなくなるまで煮詰める。
- 枝豆を塩ゆでし、豆をだし、うす皮をとっておく。
- 調味料Bを全て鍋に入れ、ねばりがでるまで炊き上げる。
- 器にラップを敷き、枝豆を散らし入れ、④の半分を流し、その上に②を入れ、また半分流して茶巾のように包む。
※冷蔵庫に入れなくて冷やす。
- ラップをはずして器に盛る。

※冷蔵庫に入れて冷やすと葛のねばりがなくなる。
※そばだしかめんつゆをかけると一層おいしくなります。



しいたけ

ぶなしめじ