

Easy Cooking

今月号は、日本料理 秋ヶ瀬庵 料理長 小川 太さんです。

Let's Cooking!!

- 鍋に水、昆布、豆腐を入れ火にかけ沸騰したら火を弱め1～2分たったら穴のあいたバットにあげて上から重しをして水切りをします。
- 具材の準備をします。
木耳は戻して千切りにし、出汁、醤油、味醂で下煮をしておきます。海老はポイルにして皮を剥いておきます。百合根は蒸しておきます。ギンナンは揚げて3つに切ります。焼きアナゴは刻んでおきます。
- 水切りした豆腐をフードプロセッサーにかけ、途中で卵白を加え、塩、砂糖、醤油を入れて味をみます。
- 手にサラダ油を塗り、③の豆腐を適量取り、百合根、ギンナン、木耳を中に入れて丸めます。
- 160～170度の油で揚げます。
- 鍋に出汁、醤油、味醂を合わせ、火にかけて沸騰したら水溶き片栗粉で餡を作り器に揚げた豆腐を盛り餡をかけ、海老と法蓮草と山葵をのせます。

材料・調味料

木綿豆腐	2丁
卵白	1コ
木耳	2枚
百合根	12枚
法蓮草	少々
砂糖、塩、醤油、出汁	
海老	6本
ギンナン	12粒
サラダ油	適量

餡

出汁	180cc
醤油	12cc
味醂	18cc



豆腐饅頭

(1名様分)

