

2014 年 2 月 16 日

FUKUDA' キッチンVOL. 6 レシピ(玉味噌を使ったお楽しみ料理)

■玉味噌

◎材料	白味噌	200g
	砂糖	40g
	卵黄	3ヶ
	酒	30cc
	味醂	30cc

以上を混ぜ合わせ、中火にて 10 分～15 分練ります。



■風呂吹き大根

- ・大根は輪切りにし、隠し包丁し米のとぎ汁にて柔らかくなるまで茹でた後、
昆布出し汁にて含めます。

大根を器に盛り、玉味噌をかけ卸し柚子を振ります。

■豆腐田楽(二色:玉味噌、木の芽味噌)

- ・もめん豆腐を拍子木切りにし昆布出し汁にて沸騰しないように含めます
- ・寄せ菜 : ほうれん草の葉の部分を当り鉢にて当たり水を入れその汁を漉し、汁を
火に掛け浮いてきた菜をすくい布に包み冷水に晒します。
- ・木の芽味噌 : 山椒の葉を寄せ菜とともに良く当たり、玉味噌を合わせ緑色の味噌に
します。
- ・含めた豆腐の水を切り、玉味噌、木の芽味噌をぬり焼き二色田楽とします。



■玉味噌の応用編

1) 胡麻味噌

玉味噌に淡口醤油、練り胡麻を合わせる。

- ・焼物 : 魚、肉に塗り焼く
- ・和え物 : ほうれん草、もやし、その他

2) 酢味噌

玉味噌に淡口醤油、酢、和辛子を合わせる。

- ・分葱(わけぎ)、若布(ワカメ)、独活(ウド)、海老、烏賊、酢味噌和え等
- ・木の芽和え
- 独活(ウド)、烏賊、筍を小口に切り和える。

3 肉味噌

ひき肉を炒め玉味噌と合わせる。

- ・ひき肉を炒め玉味噌と合わせる。
- ・野菜炒めの調味料としてつかう。
- ・焼き葱

■昆布佃煮

- ・だしを取った昆布は、15cm 角に切り(又は、細切り)、冷凍庫にて凍らして置きます。
- ・多めの水に酒を加え、昆布が軟らかくなるまで煮ます。
- ・柔らかくなったら醤油、砂糖、厚切り生姜を加え煮詰めていく。
- ・途中で昆布をザルに揚げ、汁に醤油、砂糖を加える。
- 味をととのえながら煮詰め、昆布をもとし汁をからめながら煮ていきます。
- これを2回ほどくり返し煮上げます。