

初秋の金ごま胡麻とうふ椀



<材料> 4人分

金ごま胡麻とうふ 4個

だし汁 C4

みりん 大3

薄口醤油 大3

塩、酒少々

みつば 1束

長いも 少々

海老 4尾

おろししょうが 1片分

<作り方>

1. みつばは軸と葉に分ける。長芋はせん切りにし、酢水につける。
2. 海老は背ワタと殻を取り、おなかに切り込みを入れ、楊枝をさしてまっすぐにする。
3. 鍋にだし汁、みりん、薄口醤油を入れ、煮立ってきたら、さっとみつばの茎をくぐらせ、ザルに取り、さます。海老、金ごま胡麻とうふ、もちふも入れ、さっと煮る。
4. 器に、金ごま胡麻とうふ、長いも、みつばの葉の茎、縦半分に切った海老を飾り、残った煮汁はさっとこし、みつばの葉のザク切り、しょうが汁を加え、椀にはる。