

# 脇さんちの 乾しいたけレシピ

国産の乾しいたけは、おいしくて安心・安全なヘルシー食材。  
フランス家庭料理が専門ながら、  
実は和食好き&乾しいたけ大好きという料理研究家・脇 雅世さんが、  
いつもとはひと味違う“脇流乾しいたけ料理”を紹介します。

ひと味違う!



## 乾しいたけの箱寿司



わき まよ  
フランス家庭料理を中心に、  
作りやすくおいしいレシピ  
が人気。冷蔵庫にはもどし  
た乾しいたけを常備するし  
いたけ好きで、乾しいたけ  
を使ったアイデアメニュー  
がたくさん。

いつもは脇役の  
しいたけの甘煮を主役に抜擢!  
まさしく、しいたけを味わうための、  
粋なおすしです。  
お正月のお客さまにお出しすると、  
とっても喜ばれますよ。

### 主材料(16×16cmの押し箱1個分)

乾しいたけ……………5~6枚  
A[砂糖大さじ2½ みりん大さじ1]  
ご飯……………2合分  
B[酢50ml 塩小さじ1 砂糖大さじ1½]  
紅しょうが……………適量

### 作り方

- 1 乾しいたけは水でもどし、かぶるくらいのもどし汁と鍋に入れ、Aを加えて火にかける。アクをとりながら15分ほど煮る。
- 2 ①にしょうゆ大さじ1を加え、水分がほとんどなくなるまで煮含める。粗熱がとれたら軽く汁気をきり、½枚残してみじん切りにする。
- 3 残りの½枚は4等分の放射状に切る。
- 4 ご飯は熱いうちにボウルにとり、Bを加えて混ぜ、粗熱をとる。2等分にする。
- 5 水でぬらした押し箱に④の半量を平らに敷き入れる。②の半量を散らして残りの④をのせ、残りの②を広げ軽く重石をし、2時間ほどなじませる。
- 6 ⑤を4つに切り分け、紅しょうがと③を飾る。

### point



しいたけの甘煮は、  
まとめて作っておくと重宝。  
ジッパーつきの保存袋に入れて  
冷凍保存します。  
おすしやそうめんの具に。