

# 乾しいたけ Recipe

“乾しいたけ”って使い方が難しそう… そう思っている方は必見!  
案外手軽に使えるうえ、毎日のおかずを驚くほど奥深い味わいにしてくれるんです。  
しみじみおいしくてくり返し作りたくなる、とっておきの乾しいたけレシピです。



料理研究家／大庭英子

## もち入り乾しいたけ茶碗蒸し



昔、母が作ってくれた茶碗蒸しには  
小さく切ったおもちが入ってました。  
スプーンで卵をすくっていくと  
中からおもちがトロリと現れます。  
しいたけのもどし汁がおいしい味出しています。

### ○主材料(4人分)

乾しいたけ(冬菇)	みりん 小さじ1
……………小3~4枚	B 酒……………小さじ1
A 酒……………小さじ1	塩小さじ $\frac{1}{2}$ ~ $\frac{1}{4}$
塩……………少々	切りもち……………2枚
だし汁……………適量	卵……………2個
	貝割れ菜……………少々

### ○作り方

- 1 乾しいたけはもどして軽く水気を絞り、軸を切って薄切りにし、Aをふる。
- 2 ①のもどし汁はだし汁と合わせて1 $\frac{1}{2}$ カップにし、Bを加え混ぜて調味料を溶かす。
- 3 もちは2cm角に切る。
- 4 ボウルに卵を割りほぐし、②を加えてとき混ぜ、こす。
- 5 蒸し茶碗に①と③を入れて④を注ぐ。
- 6 浅めの鍋に⑤を並べて器の $\frac{1}{2}$ ~ $\frac{2}{3}$ 高さまで湯を注ぎ、鍋とふたの間に菜箸をかませてすき間をあげ、中火で3分、弱火で12~15分蒸す。
- 7 根を切った貝割れ菜をあしらう。

### Point



具は大きいと食べにくいので、乾しいたけは小さめのもの。酒と塩で下味をつけることで卵液とのなじみがよくなります。うまみが出たもどし汁はだしに使います。

### Profile

おおばえいこ  
身近な素材と普段使いの調味料で、簡単かつ、おいしい料理を作る達人。乾物をこよなく愛する。