

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。



乾しいたけと鶏手羽先、大根の鍋



骨つき肉のエキスと

しいたけのうまみがしみ出たスープが美味!
スープを含んでトロリと煮えた大根も
心と体にしみ入るおいしさです。

○主材料(4人分)

乾しいたけ(冬菇)^{どんこ}小16枚
鶏手羽先……………8本
大根……………1本
しょうが……………1かけ
赤唐辛子……………1本
A 酒……………大さじ3
みりん……………大さじ2
しょうゆ……………大さじ4

○作り方

- 1 乾しいたけはもどして軽く水気を絞り、軸を切り落とす。もどし汁2カップはとりおく。
- 2 鶏手羽先は関節から2つに切る。
- 3 大根は2.5cm厚さの輪切りにして皮を厚めにむき、半月に切って鍋に入れる。かぶるくらいの水と米大さじ1を加えて中火にかけ、煮たったら火を弱めてふたをし、20分ゆでる。大根が柔らかくなったら火を止めてそのまままじし、洗って水気をきる。
- 4 しょうがは皮をむいて薄切りにし、皮はとりおく。赤唐辛子は種を除く。
- 5 フライパンに油大さじ½を熱して②を並べ入れ、中火で両面を焼きつける。
- 6 鍋に⑤、③、①のしいたけともどし汁、水3~4カップを入れて中火にかけ、煮たったら火を弱めてアクを除く。④を加えてAで調味し、ふたをして弱火で20~30分煮る。

Point



乾しいたけはひと口で食べられる小さめの冬菇を使用。しいたけのうまみ成分がしみ出たもどし汁を煮汁に利用します。骨つき肉からもだしが出て、コクのあるスープに!

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。