

乾しいたけとえびの 大きな茶碗蒸し

ワタナベ



マキの

乾しいたけ食堂



滋味深く、体にやさしい乾しいたけ。
日々の食卓にもっと登場させてみませんか。
おいしいシンプルレシピをお届けします。

ワタナベマキ
料理研究家。素材のもち
味を引き出す季節感のあ
る家庭料理、自然体でセ
ンスあふれるライフスタ
イルが人気。乾物、なか
でも大の乾しいたけ好き!

しいたけが主役!のボリューム茶碗蒸し。
見た目が華やかで、おもてなしにもおすすめです

主材料(3~4人分)

乾しいたけ(香信)^{こしん}…3枚
むきえび…100g
みつ葉… $\frac{1}{2}$ 束
卵…3個

A $\left\{ \begin{array}{l} \text{酒、しょうゆ} \\ \dots\dots\dots \text{各小さじ1} \\ \text{塩} \dots\dots\dots \text{小さじ}\frac{1}{2} \end{array} \right.$

作り方

- 乾しいたけは浸るくらいの水につけ、冷蔵庫に6時間おいてもどす。軸のかたい部分を切り落とし、そぎ切りにする。もどし汁は水を足して450mlにする。
- えびはかたくり粉適量をふってもみ洗いし、流水で洗って水気を拭く。みつ葉は2~3cm長さに切る。
- 卵はときほぐし、①のもどし汁とAを加えてよく混ぜ、ざるでこす。
- 大きめの耐熱の器に③を流し入れ、①のしいたけと②を散らす。蒸気の上った蒸し器に入れ、箸を1本はさんでふたをし、強火で5分蒸す。弱火にして15~20分、竹串を刺してにごった汁が出てこなくなるまで蒸す。

Point



うまみがしみ出たもどし汁は
卵液に利用し、しいたけの風味を
余すところなく味わいます。