

キッコーマン K C C 食文化と料理の講習会

【第2回】 柳原尚之先生が伝える〈和食の魅力〉

〈YouTubeライブ配信&ホール観覧〉

近茶流追い込みちらし

蛤の潮汁

近茶流追い込みちらし

材料：5～6人分

米	3カップ (600cc)
水	690ml
合わせ酢	
米酢	60ml
キッコーマン いつでも新鮮 しぼりたてうすくち生しょうゆ	小さじ1と1/2
にんじん	4cm長さ (150g)
A ; だし	200ml
砂糖	大さじ2
キッコーマン いつでも新鮮 しぼりたて生しょうゆ	大さじ4
干しいたけ	4～5枚
B ; Aの残り汁	
砂糖	大さじ1
キッコーマン いつでも新鮮 しぼりたて生しょうゆ	大さじ1
油揚げ	3枚
C ; Bの残り汁	
砂糖	大さじ4
キッコーマン いつでも新鮮 しぼりたて生しょうゆ	大さじ1
れんこん	80g
D ; 酢	50ml
砂糖	大さじ1と1/2
塩	小さじ1/4
薄焼き玉子	
卵	2個
砂糖	小さじ2
絹さや	60g
紅しょうが	60g
浅草のり	1枚

<作り方>

- (1)にんじんはマッチ棒程の太さにせん切りにしてAで煮る。にんじんに火が通ったら、ザルに取り出す。
- (2)干しいたけは戻し、せん切りにしてBで煮る。煮汁が十分に含んだら、ザルに取り出す。
- (3)油揚げは熱湯にくぐらせて油抜きし、縦半分に切って5mmのせん切りにしてCで煮る。
- (4)れんこんはいちょう切りにし、酢少々（分量外）を入れた水に取り、そのままゆでる。ひと煮立ちさせ透明感が出たら、ザルに取ってDの甘酢に漬ける。
- (5)卵と砂糖を混ぜ、薄焼き卵を2枚焼き、せん切りにする。
- (6)絹さやは塩ひとつまみ（分量外）入れた熱湯でゆで、水に取った後、せん切りにする。
- (7)浅草のりはあぶってもみのりにする。
- (8)米は炊飯して約10分蒸らして飯台に取り、合わせ酢をかけて切るように混ぜ、すし飯をつくる。
- (9)(8)のすし飯が温かいうちに(1)(2)(3)の具を混ぜ合わせ、うちわで冷ます。
- (10)(9)を器に盛りつけ、(4)(5)(6)(7)と紅しょうがを飾る。

蛤の潮汁

材料：4人分

はまぐり	8個
菜の花	4本
うど	3cmを2本
木の芽	4枚
水	900ml
昆布	15cm
塩	ひとつまみ + 小さじ1弱
マンジョウ 国産米こだわり仕込み 料理の清酒	大さじ1
キッコーマン いつでも新鮮 しぼりたてうすくち生しょうゆ	少々
マンジョウ 米麴こだわり仕込み 本みりん	少々

<作り方>

- (1)菜の花は水に浸けてしゃきとさせてから、塩ひとつまみを入れた熱湯でゆでて、水に取る。うどは皮をむいて短冊切りにする。
- (2)はまぐりは、流水でお互いにこすり合わせて洗い、鍋に水と昆布とともに入れ火にかける。沸いて、はまぐりの口が開いたら取り出し、汁は布巾で漉す。
- (3)(2)の汁を再度鍋に入れて火にかけ、沸いたら塩小さじ1弱と酒を加えて、味をととのえる。
- (4)別にお玉一杯の(3)の汁を取り、うすくちしょうゆ、みりんを加えて、水気をきった(1)の菜の花を入れて下味をつける。
- (5)椀に(2)のはまぐりと(4)の菜の花、うどを入れて、熱く温めた(3)の汁を注ぎ、木の芽を天盛りにする。



〒107-0052
東京都港区赤坂1-7-4
03-3582-0707



kinsaryu

フォローする

メッセージを送信

投稿168件

フォロワー1647人

フォロー中33人



近茶流・柳原料理教室(東京赤坂の日本料理教室)

料理教室
東京赤坂・日本料理教室
懐石近茶流(きんざりゅう) 宗家・柳原尚之がお教えいたしております。
Kaiseki-KINSARYU;
Yanagihara school of traditional Japanese cuisine in Tokyo, JAPAN
赤坂1-7-4, Minato-ku, Tokyo, Japan 107-0052
🌐 www.yanagihara.co.jp

