

## 筍木の芽和え

### ●材料● 4人分

筍土佐煮 ……………120g  
もんごう烏賊(上身) ……………80g  
木の芽味噌  
〔 白練り味噌 ……………100g  
木の芽 ……………40枚  
だし汁 ……………適量

酒煎り用  
〔 酒 ……………50ml  
塩 ……………小さじ1/4  
玉あられ ……………適量  
木の芽(天盛り用) ……………4枚

### ●作り方●

1. 木の芽味噌を作る。木の芽は葉だけをすり鉢に入れ、すりつぶす。白練り味噌を加えてすり合わせ、かたさはだし汁を加えて調節し、裏漉ししてなめらかにする。
2. 筍土佐煮は7~8mm角に切る。
3. もんごう烏賊は表面に細かく切り込みを入れ、7~8mm角に切る。
4. 鍋に酒煎り用の酒と塩を入れ、火にかける。煮立ったらもんごう烏賊を加えてさっと煎りつけ、表面が白っぽくなったら、おか上げして汁気をきり、冷ます。
5. ボウルに筍土佐煮、もんごう烏賊の汁気をよくきって合わせ、木の芽味噌を適量加えて和える。
6. 器に盛り、玉あられ、木の芽を天盛りにする。