

## ◆凍り豆腐含め煮◆

### ●材料● 4人分

木綿豆腐 ……………1丁

含め煮の煮汁

だし汁 ……………600 ml

砂糖 ……………大さじ 2

味醂 ……………40 ml

薄口醤油 ……………45 ml

海老 ……………4尾

旨煮の煮汁

だし汁 ……………100 ml

酒 ……………100 ml

味醂 ……………5 ml

塩 ……………小さじ 1/4

薄口醤油 ……………5 ml

菜種 ……………8本

八方だし

だし汁 ……………400 ml

味醂 ……………50ml

塩 ……………少量

薄口醤油 ……………30ml

土生姜 ……………15g

(分量外)

塩、サラダ油

### ●作り方●

1. 木綿豆腐は一晩冷凍庫で凍らせる(凍り豆腐)。解凍して、軽く手で挟むようにして水気を取る。適当な大きさに切り、170℃のサラダ油で揚げる。熱湯をかけて油を抜く。含め煮の煮汁のだし汁と調味料を鍋に入れて煮立て、凍り豆腐を加えて落とし蓋をする。約5分煮て火からはずし、味を含ませる。
2. 海老は背わたを取り除き、竹串を腹側の殻と身の間に入れてまっすぐに形を整える。鍋に旨煮の煮汁を合わせて火にかけ、沸騰したら海老を入れて約3分煮る。ざるに上げ、海老をうちわであおいで冷まし、煮汁は氷水につけて冷ます。海老が冷めたら煮汁につけて味を含ませる。海老の殻をむき、煮汁に戻す。
3. 八方だしのだし汁を火にかけ、沸騰したら調味料を加え、ひと煮立ちさせて冷ます。菜種を塩ゆでし、水に落とす。菜種の水気を取り、冷ました八方だしにつける。
4. 土生姜は皮をむき、すりおろす。
5. 凍り豆腐、海老、菜種を温め直して器に盛り、煮汁をかける。おろし生姜を天盛りにする。