



冬瓜の冷やし田楽

材料)

冬瓜 1/8 個 (約 400g)

A=だし約 400cc (冬瓜が被る程度。被らなければ水を足す)、日本酒各
大さじ 1、薄口醤油小さじ 2

白味噌 50g

B=冬瓜の煮汁大さじ 2、砂糖小さじ 1/2

からし小さじ 1 (お好みで調整)

作り方)

1. 冬瓜の皮をピーラーで剥き、食べやすい大きさに切り、ワタを取って冬瓜がちょうど収まる大きさの鍋に入れ、被る程度のお水を張り、火にかける。沸騰したら火を弱め、10分程煮る。
2. ざるにあげ、湯気がなくなるまで冷ます。
3. 鍋に 2 を戻し入れ、A を注いで火にかける。沸騰したら火を弱め、10分ほど煮る。途中、アクが気になれば取る。火を止め、粗熱が取れたら保存容器に移し、冷蔵庫でしっかり冷やす。
4. 小鍋に白味噌、B を入れてよく混ぜ、馴染んだら火にかける。ふつふつとして滑らかになり、お砂糖が溶けたら火を止めて冷ます。冷めた田楽にからしをお好みの量加えて混ぜる。
5. お椀に 3 を盛り付け、軽く汁を注ぎ、4 を上からかける。