

だしのひき方(約1リットル分)

出汁キット

材料)

1. 2リットルの水

昆布10g

鰹節30g



作り方)

1. 鍋に水、昆布を入れて30分程置く。置くことで旨味が出やすくなります。
2. 中火に近い弱火にかける。鍋肌に細かい気泡が出てきたら、昆布を引き上げ、強火にし、沸騰させる。アクが出るようであれば、おたまなどですくい、火を止める。
3. 鰹節を入れ、お箸などで静かに沈めて5分ほど置き、旨味をひきだす。ここで混ぜたりしないでください。
4. キッチンペーパーなどを敷いたざるで濾す。
絞ると濁り、魚の臭みが出るので滴り落ちるだしだけを使います。
約1リットルのだしが完成します。

※だしを倍量ひく場合の材料は、倍量使ってください。

ステップ1の水に浸ける時間や、ステップ3の鰹節aを入れて置く時間は同じで大丈夫です。

保存の仕方

置くことで底に沈殿物が出ますが、味に影響はありません。

早いうちに使い切るか、ペットボトルなどに入れて冷蔵庫で保存できます。3-4日ほどでお使いになってください。

冷凍する場合は、後ほど解凍してすぐに使えるようにジップ付きの袋などに入れると便利です。

出がらし鰹節の使い方

- 茹でたホウレンソウを3cmの長さに切り、醤油、鰹節を加えて和える。
- 焼いたお揚げさんを1cmかける3cmの長さに切り、醤油、鰹節をかける。

★お送りする出汁キットは、今月中にお使いください。