

たけのこの鳥なんばうどん

材料) 約 9 食分

水 3600cc (最終的に 2400cc になる)

日本酒大さじ 3

さば、うるめ、イワシの混合削り 150g

A=薄口醤油大さじ 7、みりん大さじ 3、塩小さじ 1※お好みで加減してください。

鶏もも肉適量

たけのこ適量

うどん玉 (ゆで) 適量

薬味お好みで (木の芽もしくは青ネギ) 適量



作り方)

1. 鍋に水を入れて火にかけ、沸騰したら日本酒、混合削りを入れて中火にし、途中アクを引きながら 15 分ほど加熱する。火を止め、ペーパータオルを引いたざるなどで越す。
2. 2400cc 計量する。もし足りなければ煮詰まっているだけなので水を足す。鍋に戻し入れて A を入れる。
3. 必要分の出汁を鍋に入れ (1 人分につき 250cc の出汁)、沸騰したら鶏もも肉 (1 人分につき 50g)、たけのこ (1 人分につき 30g) を入れて火を通す。
4. 別のお鍋でたっぷりの熱湯を沸かし、うどん玉を茹でる。2 分ほど茹でたらザルにあげてきっちりと水気を切り、お椀に入れ、2 をたっぷりとかけ、具を添え、好みに薬味を乗せる。



←沸騰したらお酒、削り節を入れて表面がフラフラ揺らぎ、節がお湯の中でゆっくり循環しているくらいの火加減を保ちながら煮ていきます。白い泡がアク。生臭みの原因でもあるので、こまめにすくいます。



←たっぷりの熱湯で約 2 分茹でて、しっかり水気を切ってください。せっかくのうどん出汁を薄めないために。



←小鍋に必要分のうどん出汁、鶏肉、たけのこを入れて火にかけ、一煮立ちしたら火を止めてお椀へ注ぎます。