



【白いきくらげの煮びたし】



黒木 真二さん

材料 (2人分)

白いきくらげ	150g	薄口しょうゆ	25ml
なす	1本 (200g)	粉末かつおだし	大さじ1
小松菜	40g	みりん	小さじ2
水	200ml	揚げ油	適量

手順

- (1) 白いきくらげを2センチ幅に切っていきます。
- (2) 小松菜は5センチの長さに切ります。なすは乱切りにして水にひたしアクをとっておきます。
- (3) アクを取ったなすは水気を取り、素揚げしておきます。
- (4) 鍋に水をはり、粉末かつおだしを入れ中火で沸騰させます。沸騰したら、白いきくらげ、しょうゆ、みりんを加え、ひと煮立ちさせます。
- (5) ひと煮立ちした出汁に、素揚げしたなすを加え、弱火で2分ほど煮ます。そして小松菜を加え、中火でさらに煮ます。ひと煮立ちしたら火を止め、器に盛って完成です。