

あごだし 調理法

深川不動前
けやきは



☆おでん (三〜三人分)

◆材料

水一ロロロℓ・あごだし二個・塩大さじ半分・砂糖大さじ二・醤油大さじ三・みりん大さじ三・スジ肉四本

〈作り方〉

鍋に水とだしを入れたら、こんにゃく・スジ肉・ゆで玉子・大根(大根は煮くずれしやすいので面取りしておきます)を初めに入れ、一口分煮込みます。その後、ちくわ・丸天・がんもどき・かまぼこ等のねりものを入れ、さらに二口分煮込みます。

火を止め、鍋全体を古新聞や不要になった古着や毛布等でくるみます。ゆっくり冷ますことで具材に味がしみ込みます。さらに召し上がる前に再び温めることで、しっかり味がしみ込んで大変美味しく召し上がれます。

お好みでねり辛子・七味・ゆず胡椒等をつけてお召し上がり下さい。

☆うどん (一人前)

巻、鍋に三ロロℓの水と「あごだし」一袋を入れ煮出します。

次、巻の中に麺を入れお好みの柔らかさになったら

卵をおとしネギを入れ出来上がり。



☆お味噌汁 (四人分)

鍋にハロロCCのお水と「あごだし」一袋を入れ二
〜三分煮出します。そしたら具を入れ味噌を今
までより少なめにいれます。

※二人分を作る場合は「あごだし」一袋中身を破
つて半分入れ、上と同じように作ってください。残
つただしは袋の中に入れ次に使ってください。



☆茶碗蒸し (四人分)

巻、鍋に水三口ロCCに「あごだし」一袋を入れ煮だし冷ます。

式、ポウルに卵二個を入れ切るように混ぜた
後、巻の冷ましただし汁、薄口しょうゆ
小さじ一を加えさらによく混ぜ、ザルで
こす。

参、器に海老、銀杏等を入れ蒸す。

四、蒸しあがった三つ葉を飾りできあがり。



☆お吸い物 (三人分)

巻、白身魚の切り身に塩をかけ一口分〜一五分置いて水気を拭きま
る。

式、鍋に水六ロCCと「あごだし」一袋を入れ煮だし食べやすい大き
さに切った豆腐と巻の魚を入れひと煮立ちさせる。

参、式にみりん小さじ一、薄口醤油小さじ二、酒小さじ一、塩少々
入れ味を整え出来上がり。

「袋を破って調味料としてもお使いいただけます。」

☆しょうがの炊き込みごはん

巻、お米を普通通り三合とき、お水も三の線まで入れる。

貳、生姜を一口口（約1cm）切りにする

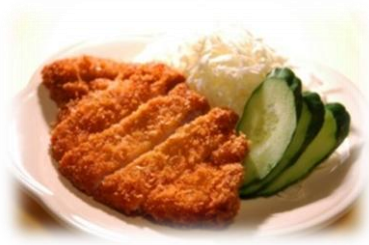
参、巻の中に貳を入れ「あごだし」二袋を破って中身を入れ炊く。

四、器に盛りすりごまをかけてお召し上がり下さい。

☆とんかつ

とんかつ用の肉に、塩コショウのかわりに「あごだし」一袋を破って中身を振り掛けます。あとは、小麦粉・溶き卵・

パン粉の順につけて油で揚げます。



☆ほうれん草の和え物

巻、ほうれん草一袋を茹で、食べやすい大きさに切り、水気を切りま
す。

式、ボールに巻を入れ「あごだし」一袋の半分を破り入れ、醤油と砂
糖を少々入れ味を整えて出来上がり。お好みで鰹節やゴマをかけ
てお召上がりください。

☆コロツケ

◆材料

深川不動前

けやしめ

じゃがいも五口ロウ、合いびき肉一口ロウ、玉

ねぎ半分、サラダ油、「あごだし」一袋、卵、

小麦粉、パン粉

巻、じゃがいもは茹でて皮をむき熱いうちにつぶ
しておきます。

式、玉ねぎはみじん切りしておきます。

参、フライパンで合いびき肉を炒め、色が変わ
ったら玉ねぎと「あごだし」一袋を破り入
れて火がよく通るまで炒めます。

四、巻に式と参を入れ、よく混ぜ合わせ俵型
にまとめ小麦粉、溶き卵、パン粉の順につ
けて一七〇℃の油で揚げていきます。



☆もやし炒め

フライパンに油をしき、もやし一袋と「あごだし」一袋を破り入れ炒
めたら出来上がり。

☆焼き飯（二人分）

巻、ボールに冷どはん二人分と「あごだし」一袋を破り入れ、生卵二個を入れ混ぜる。

式、玉ねぎ、にんじん、ハム、かまぼこをみじん切りにする。

参、フライパンにごま油を熱し式を炒め巻を入れる。

最後にしょうゆを少々入れ味を整えて出来上がり。



☆かき揚げ 深川不動前 けやき流

◆材料

桜えび・玉ねぎ・にんじん・卵

巻、材料を切り準備します。

式、別のボールに卵黄を一個入れ冷水と「あごだし」一袋を破り入れ

かき混ぜ、さらに小麦粉を加えます。

参、巻を式に入れ揚げます。

※天つゆなどつけなくても味が出来ますので美味しく召し上がれます。

☆おじや（一人分）

巻、鍋に三口ロcccのお水と、「あごだし」一袋を破り入れ中火で煮立たせ、冷どはんを茶わん一杯分加え少し火を弱めてコトコト煮込む。

式、ご飯がけ気を吸って、フツフツしてきてけ気がほとんど無くなったら火を止める。すぐに溶き卵と刻みねぎを加えてひと混ぜしたら出来上がり。

「だし醤油も簡単に作れます。」

お醤油ニロロCCに「あごだし」一袋をそのままいれます。一時間ほどで使用できますが、冷蔵庫で二〜三日おくほうがまったりとして美味しいあごだし醤油になります。

二〜三日でティーパックを取り出してください。

☆きんぴらごぼう

フライパンにごま油を引き、ささがきごぼうとにんじんを炒めます。「だし醤油」大さじ三・砂糖大さじ一・みりん大さじ一を入れ煮からめます。最後にごまをかけ出来上がり。

☆肉じゃが

◆材料

じゃがいも五〜六個・豚肉ニロロ90g

玉ねぎ一個・みりん大さじ一・砂糖大さじ一・「だし醤油」大さじ三

〈作り方〉

壳、じゃがいもは茹でて皮をむきやや大きめに切っておきます。豚肉は一口大に切り、玉ねぎは半分にして1cm位の厚さに切っておきます。

式、サラダ油を熱し豚肉と玉ねぎを炒め「だし醤油」大さじ一を入れさらに炒めます。

参、じゃがいもを入れみりん、砂糖、残りの「だし醤油」大さじ二を入れて煮からめます。



深川不動前
けやき法



ご注文・お問い合わせは、「けやき弥」専用
フリーダイヤル又はメールにてお問い合わせ
してください。

フリーダイヤル

〇二二〇・〇二一・二一五八

受付時間「九時～一八時（日・祝日休み）」

ホームページ

<http://keyakiyafoods.com>

受付時間「二四時間、年中無休」