

若竹煮

和食

若筍煮とも書きます。

材料 (2~4人分)

茹でたけのこ 200g
わかめ(塩蔵) 25g

煮汁

└だし汁 300cc
└砂糖 大さじ1
└塩 少々
└酒 小さじ2
└薄口しょうゆ 小さじ1
木の芽 2~4枚



作り方

1. たけのこの穂先はくし切りに、根元に近いところはいちょう形か、半月切りに。鍋に湯を沸かしてたけのこを入れ、約1分間湯通して、とりだす。
2. わかめは筋を除き、食べやすい大きさに切り、たけのこ同様に、湯通しする。
3. 削りかつお節は、だし用紙パックに入れておく。
4. 鍋にたけのこと煮汁のだしを入れて火にかけ、煮立ったら砂糖、塩、酒を加えて2~3分間煮て、薄口しょうゆを加える。
5. さらに、削りかつお節を加え、落としふたをして中火で約10分間煮る。
6. たけのこを食べてみて味を含んだのを確かめて、わかめを加えて2分間煮て火を止める。
7. 器にたけのこわかめを盛り、木の芽を飾る。

所要時間 30分
主な調理器具 鍋