

とろみのカルテット・・・深い味

撮影・料理・スタイリング／kumie ochi
構成／naoka onishi

湯葉+ねばとろなめ茸丼

It's my favorite

材料(2人分)

エノキ茸 大1袋 (もしくは小2袋)

湯葉 適量

なめ茸の素 1袋

長芋 適量

めかぶ 適量

釜揚げしらす 適量

ごはん 2杯分

刻みネギ 適量

作り方

① エノキ茸は石づきを切り取り、3等分に切る。

鍋に水300mlとなめ茸の素1袋を加えてよく溶かす。

中火にかけ、かき混ぜながら少しトロミがつき始めたら、切った

エノキ茸、湯葉を入れてよく混ぜ、ひと煮立ちさせる。

② とろみのにごはんを入れ、すいおろした長芋、めかぶ、釜揚げしらすをのせ、さらに①のなめ茸をたっぷりかける。

③ 刻みネギをちらせば出来上がり。

濃いめの味がお好みならば、だし醤油を加えて調整ください。
わさびを添えると、更に味の幅が広がります。