

春の息吹！限定期間の醍醐味です。

めんどろなアク取りも米ぬかに吸着するから不用！ことごとじんわり湯がきます。

竹の子のアク抜き

竹の子(2kg)は皮をつけたまま先端を切り落とします。

竹の子が完全に水に浸る鍋を用意し、水、いりぬか 50g～100g、唐辛子 2～3 本を入れて水からゆでます。吹きこぼれに注意しながら、20～40 分程度、根本部分に竹串がすっと入るまでゆでます。

火を止めて、そのまま自然に冷ましてください。皮をむいて、いろいろな調理にお使えます。使いきれない場合は、水に浸して冷蔵庫へ。水を毎日交換すれば2～3日は保存できます。



PariPari!PoriPori!
Club! 下ごしらえ編

下ごしらえはおまかせ！
いりぬかで竹の子のアク抜き！

竹の子ごはんに！
煮物に！
和え物に！
お味噌汁に！



水煮した竹の子の白い結晶のようなものは何？

白い小さなかたまりのようなものは、アミノ酸の1種チロチンが結晶したものだ。うまみがあるので洗わずそのまま調理できます。