



鮎素揚げ筮竹たで味噌敷き

●材料● 4人分

鮎(8cm).....	12尾
牛蒡	1本
牛蒡の煮汁	
だし汁	400 ml
味醂	40 ml
濃口醤油	40ml
筍含め煮	
筍	1本
だし汁	600ml
味醂	50ml
塩	小さじ 1/2
薄口醤油	25ml
削りがつお	5g

たで味噌	
たでの葉	3g
白練り味噌(下記より)	100g
白味噌	100g
酒	30ml
砂糖	15g
味醂	15ml
卵黄	1個
青寄せ(下記より)	小さじ 1/2
ほうれん草	1束
塩	小さじ 1
水	1000ml
だし汁	100ml
花穂紫蘇	4 本
(分量外)	
塩、たでの葉、水溶き葛粉、揚げ油	

●作り方●

- 牛蒡を煮る。牛蒡はよく洗って縦半分に切り、塩ゆでして水にさらす。煮汁を合わせ、沸騰したら牛蒡を加えて約 10 分煮る。火からおろしてそのまま冷ます。5cm 長さ 1cm 幅に切る。
- 筍含め煮を作る。鍋にだし汁とゆでた筍を入れて火にかける。沸騰したら味醂、ガーゼに包んだ削りがつおを加えて約 10 分煮る。塩、薄口醤油を加え、さらに約 10 分煮たら火からおろしてそのまま冷まし、4cm 長さのせん切りにする。
- 青寄せを作る。ほうれん草の葉の部分をすり鉢に入れ、塩を加えて十分する。分量の水を少しづつ加えてのばす。液体状になったら裏漉しして、鍋に入れ、火にかける。沸騰したら、浮いてきた緑色のものを静かにすくい取り、布巾をかけた裏漉し器にのせて水気をきり、あおいで手早く冷ます。
- 白練り味噌を作る。鍋に材料を合わせて湯煎にかけ、元の味噌の固さになるまで練り上げ、裏漉し器で漉す。
- 筮竹たで味噌を作る。すり鉢にたでの葉を入れてすり混ぜ、白練り味噌を加えてさらにすり混ぜる。青寄せを加えてすり混ぜた後、裏漉し器で漉す。だし汁を加えて混ぜ(たで味噌)、火にかける。筍を加えてひと煮立ちさせる。(筮竹たで味噌)
- 鮎は水で洗い、布巾で水気をふき取る。170℃に熱した揚げ油に入れて揚げる。
- 器に牛蒡を盛り、筮竹たで味噌を敷く。鮎素揚げを盛り、水溶き葛粉をつけて揚げたたで葉を添え、花穂紫蘇を天盛りにする。