

# あさりとおぼろ豆腐の吉野煮

調理時間：約 15 分



## 材料 (4人分)

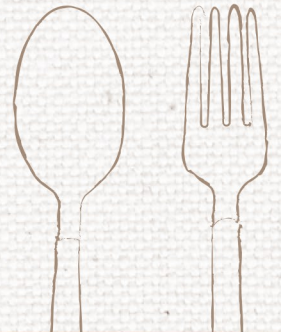
おぼろ豆腐	1パック
あさり	30個
酒	100cc
生姜しぼり汁	小さじ1
■あん	
かつお出汁	400cc
うすくちしょうゆ	50cc
酒	30cc
みりん	30cc
塩	1つまみ
あさりの煮汁	全部
吉野葛(水で溶いておく)	適量
■仕上げ	
小柱(生)	適量
三つ葉(細かく刻む)	適量

## 作り方

- 鍋にあさり、酒 100cc、生姜のしぼり汁を入れ、落し蓋をしてあさりの口を開かせ、貝から身を取り出す。 ※ 煮汁は残しておくこと。
- あんの調味料にあさりの煮汁を入れ、水溶き葛でとろみをつける。
- そこへスプーンですくいながらおぼろ豆腐を入れ、1～2分弱火で煮る。次にあさりのむき身・小柱を入れる。
- まず豆腐が崩れないようにやさしく器に盛り、あさり・小柱を上にあしらえ、三つ葉を飾る。

## Point

\*あさりは火を通しすぎると固くなり、香りも抜けるので、あまり火を通さないこと。  
あさりの口が開いたらすぐ火を止める。



# あさりの赤WINEご飯

調理時間：約 30 分

## 材料 (4人分)

あさり	20個
米	2合
酒	100cc
水	50cc
赤WINE	200cc
うすくち醤油	40cc
みりん	20cc
■仕上げ	
生姜	適量
いりごま	2つまみ
芹	1束

## 作り方

- 酒と水を合わせあさり20コ分を鍋に入れ落し蓋をして沸騰させ、あさりの口を開かせる。(殻から外し身だけにする)
- 1の煮汁 100cc赤wine200cc薄口醤油、みりんで米を炊く。(12～13分)
- 生姜を千切りに、芹は、ボイルして細かく切る。水気をしぼる。
- 2のwineご飯が炊けたら蒸らしの時に、殻から外しておいたあさりを入れる。いりごまをふる。
- 混ぜ合わせる時に芹と生姜を入れる。
- 器にごはんを盛り、あさり、芹を散らす。

## Point

\*赤ワインはブルゴーニュがお勧め。  
\*あさりに火を通しすぎない。固くなり香りをぬけるので、口が開いたら、すぐ火を止める。

