

Recipe 02

あさりと生麩の茶碗蒸し

大皿で作るだけで、いつもの茶碗蒸しが豪華な一品に。
旬のあさりの旨みを引き立てるシンプルな味わいです。



材料(4人分)

- あさり …………… 1パック(200g)
 - 生麩 …………… 1/2本
 - 卵 …………… 3個
 - 酒 …………… 大さじ3
 - 水 …………… 適量
(あさりの蒸し汁、卵と合わせて600mlにする)
 - みつば …………… 1束
- *A
 - 塩 …………… 小さじ1
 - みりん …………… 大さじ1
 - しょうゆ …………… 小さじ1

作り方

1. あさりは砂出しをして、殻同士をこすり合わせて洗う。鍋に酒と一緒に入れて蓋をし、殻が開くまで加熱したら取り出す(鍋に残った蒸し汁は取っておく)。飾り用のあさり6個は殻ごと置いておき、残りは殻から身を外す。
2. 卵を割りほぐし、1.のあさりの蒸し汁と水を加えて合計600mlにする。よく混ぜてからザルで漉し、*Aを加えて混ぜる。
3. 深皿に、1.のあさりの身、5mm幅に切った生麩、2.の卵液を入れる。卵液は、器の縁から2cmくらい下までを目安に。
4. 器が丸ごと収まり、蓋ができる大きさの鍋かフライパンに5cmほど水を入れ、沸騰させる。
5. 4.の鍋に3.をそっと入れ、ふきんを巻いた蓋をして強火で5分、その後、弱火で10分蒸す。いったん蓋を開け、飾り用のあさりとし麩をのせたらさらに5分蒸し、ざく切りにしたみつばを添える。



5. 蓋にふきんを巻いて水蒸気を吸わせることで、水滴が落ちて卵液に穴が開くのを防ぎます。

Point

茶碗蒸しは強火で加熱すると鬆(す)が入ってしまうため、弱火でじっくり火を通すのがコツです。