

◇◇◇ だし汁の作り方 ◇◇◇

まず、だし汁を作ることから始めましょう。

(分量の例)

水・・・・・・・・2カップ
だし昆布・・・・5cm角
干し椎茸・・・・1個
かつお節・・・4本指でひとつまみ

★だし汁の作り方★



★作り方★

- ① 湯で絞った布巾でだし昆布の汚れを取り、干し椎茸をさっと洗っておきます。
- ② 鍋に①と水を加えて火にかけ、沸騰直前に昆布を取り出します。
- ③ かつお節を入れ、弱火で煮出します。
- ④ ざるでこし、濃い目にとっただし汁を調味料なしで使います。

*たくさん作って、キュービック型（製氷皿）に冷凍しておくとう便利です。

♪だし汁は野菜類やたんぱく質の食品をのばす時や煮る時につかいます。



②鍋に①と水を入れて火にかけ、沸騰直前に昆布を取り出す。



③かつお節を入れ、弱火で煮出す。



④ザル（または濡れ布巾をかけたザル）でこして、出来上がり♪