

ふきの佃煮



●材料〈4人分〉

ふき……………1kg
 塩(塩もみ用)……大さじ2
 山椒の実……………適量
 (下茹でしたもの)

A [しょうゆ80ml~100ml
 砂糖……………100g
 酒……………50ml
 みりん……………50ml
 酢……………20ml
 だしの素……小さじ2

●作り方

- 1 ふきをよく洗う。
- 2 ふきの下1cm位を切り落とし、4cmぐらいに切る。
- 3 大きめのボールか鍋に入れ塩をしてゴシゴシ揉む。
- 4 3をよく洗って、たっぷりの沸騰させたお湯で色が変わるまで茹でる。
- 5 ザルに上げて水気をきる。
- 6 Aとふきを火にかけ、最初は強火で煮て徐々に火を弱め煮る。
- 7 汁気が少なくなったら、山椒の実を入れてさらに煮込む。



ひとくちメモ!

すぐにも食べられますが、一晩おくと味が染込みさらに美味しくなります。調味料(特にしょうゆ)は最初2/3程入れ、味を見ながら足していくと良いです。旬の時期が過ぎたら、皮を取って煮た方が柔らかくて美味しいです。