

旨みだし しまなみブレンド

Vol. 7

太陽の光の下しっかり泳いだ瀬戸の小魚を、
大切に…優しく出汁パックに包み込みました。

旨みだし、しまなみブレンドは、良質の鰹節・椎茸等の旨みをたくみにブレンドし、どなたでも手軽に召し上がれる和風だしは、万能のスープです。



干し鱈の煮付け

(料理例)

材料 3~4人前

旨みだし	1パック
水	400ml
干し鱈	2尾
砂糖	大さじ2杯
生姜	1/2片
オクラ	5本

- ① 干し鱈は3日水に漬けて、塩抜きする。柔らかくなったら骨を取り除く。
- ② 旨みだし 1パックを熱湯 400ccに入れ2-3分煮る。
- ③ 材生姜は皮を剥き線切りにする。
- ④ ②の中に砂糖を入れ③の生姜を入れ①の鱈を入れ、弱火で10分程度煮て、火を止め蓋をして置いておく。



生揚げ(厚揚げ)みぞれ豆腐

(料理例)

材料 3~4人前

旨みだし	1パック
水	400ml
厚揚げ	10cm角2枚
大根下ろし	1/5分
(香の花) 菜の花	4-5本
生姜下ろし	適量

- ① 水400mlが沸騰旨みだし 1パックを2-3分煮出す。
- ② 厚揚げは、別鍋で油抜きをする。別鍋で菜の花も塩茹でしておく。
- ③ 大根下ろしは、簀巻きで絞って水分を取り除く。
- ④ ①の中に②の厚揚げを入れとろ火で5分煮て、大根を入れて2-3分くらい煮る。器に移し、菜の花などを入れ、お好みで生姜を添える。



元気な穀物入り牛乳スープ

(料理例)

材料 4人前

旨みだし	1パック
水	500ml
牛乳	200ml
生クリーム	200ml
とろけるチーズ	2枚
大根	1/6本
ニンジン	1/3本
セロリ	適量
穀物(玄米、赤米、黒米)	1/2合
ベーコン	4-5枚
クルトン	適量

- ① 大根、ニンジン、セロリは1cm角のサイコロ切りをしておく。
- ② 穀物は、茶漉しで軽く洗い200mlの水で5分粥程度に煮る。
- ③ 旨みだし 1パックを熱湯 500ccに入れ2-3分煮る。
- ④ ③の中に野菜を入れて野菜が煮立ったら、牛乳、生クリームを混ぜ合わせ煮立ちしたら、とろけるチーズを入れ溶けるまで混ぜ合わせる。
- ⑤ 器に②の穀物を入れ、スープを入れる。クルトンを添える。

※この料理例は旨みだしだけで味付けをしています。ご家庭に合わせて水加減、調味料などでお好きな味に仕上げてください。
旨みだし、レシピのお問合せ先は、塚本株式会社 ☎0848-46-2236までご連絡ください。