



わかたけ汁



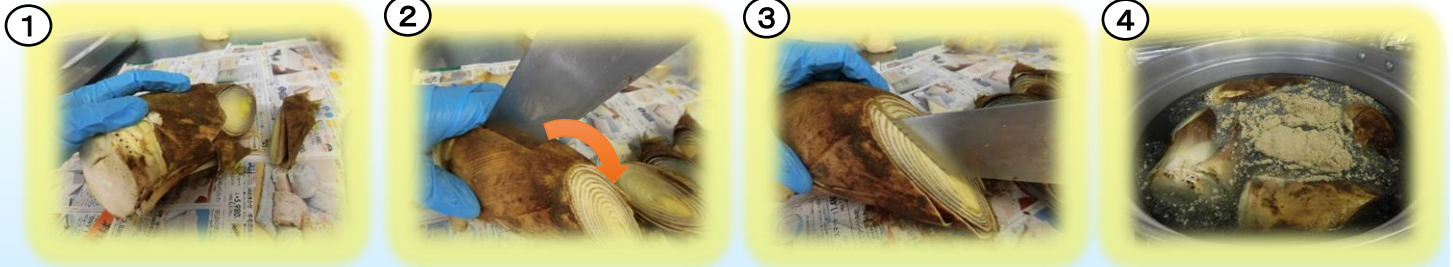
<材料>

生たけのこ
乾燥わかめ
だし汁
しょうゆ

(1人分)

20g
2g
150cc
10cc

<作り方>



- ①竹の子は洗わずに新聞紙などの上で処理していきます。先の方を斜めに切り落とします。
- ②次に根本の少し上辺りに、包丁の先を突き刺します。
- ③実の形をイメージしながら実ギリギリのところまで皮に切り込みを入れます。
- ④大きい鍋にたっぷりの水を入れ、竹の子と「ぬか」を入れて2時間ほど湯がきます。



- ⑤2時間経ったら火を消してそのままゆっくりと冷まします。
- ⑥冷えたら水にさらしながら皮をむいていきます。
- ⑦皮をむき終わったら根元の方に付いているブツブツの部分を取り除いて下処理の完成です。

わかたけ汁はかつおと昆布でだし汁を取り、その中に切った竹の子、湯がいたわかめを入れ、薄口しょうゆで味付けすれば出来上がりです。

今回は生の「竹の子」の下処理について紹介してみました。

生の竹の子が売っている時期は今の時期（4月～5月）だけです。

お家で湯がくのは大変かもしれませんが、とってもおいしいのでチャレンジしてみたいはいかがでしょうか？
竹の子ご飯や天ぷらなどにも使えるので、ぜひ挑戦してみてくださいね！