

伝承料理 「だまこ鍋」

材料(8人分)

1合から約14個のだまこができる

《だし①》・鶏ガラ…羽 ・水…1200ml

《だし②》・だし昆布 ・花かつお ・煮干し ・水…1200ml

・うるち米…4合 ・鶏肉(内臓を含む)…400g ・ねぎ…2本 ・せり…1束

・ごぼう…1本 ・まいたけ…100g ・しいたけ…100g

・しょうゆ…150cc ・みりん…80cc ・みそ…大さじ2

※他、季節に応じてお好みで



だしのとり方 2つの鍋でそれぞれだしをとる。

《だし①》鶏ガラでだしをとる(最低1時間、できれば2時間) ※途中アクをとる

《だし②》だし昆布、煮干して水からだしをとり、沸騰直前で取り出して、花かつおを入れる



作り方

①水の量を気持ち少なめにして、ご飯を炊く。

②食材を適当な大きさに切る。

(ねぎは斜め切り、せりは適当な長さに、ごぼうはさがき、まいたけはほぐす、しいたけは薄切り)

③炊けたご飯を熱いうちにすり鉢に移したら、塩をひとつまみ加えてつぶし、丸める。

すり鉢にこするようにつぶす。

このくらいになればOK

棒状にしてからピンポン玉サイズに分けて丸める。



④丸めただまこを塩水にさっと入れる。(崩れにくくなり、ツヤも出る。)

⑤2種類のだしを合わせたら、調味料で味付けをする。

⑥鶏肉、ごぼう、きのこを入れ、煮えたところに、だまことねぎも加え、さらに煮込む。

⑦最後にせりを加えてひと煮立ちしたらできあがり。

