

本来、湯豆腐というのは、豆腐だけしか使わないものだが、家庭料理としては、それではあまりにも寂しいので、豆腐の味をそこなわない程度に、野菜を少し使うことにする。

豆腐のほかに、ハクサイ、シュンギク、エノキダケを用意し、野菜はそれぞれ、さつとゆでてアクを取っておく。つぎに、鍋(なべ)に、豆腐がつかる程度の水を入れ、昆布(豆腐一丁につき十枚角一枚)を加えて火にかける。湯が煮立ってきたら、豆腐を入れて、火を絞り、ぐらぐら煮立てずに、弱火で静かに煮ていく。

吉田 清彦

アツかなの料理のカラクリ

◇47◇

湯豆腐をつくる

豆腐が浮き上がってきたら出来上がりなので、先にゆでておいた野菜を入れて、熱いうちに食べる。

つけ汁は、専門的には湯豆腐用の「つけじょうゆ」というものをつくるが、家庭料理向けには、レモンの搾り汁(一個分で約四十cc)としょうゆを同じ分量で合わせて、そこにだし汁(豆腐を煮た湯)をほんの少し加えて、手づくりのポン酢をつくとよい。

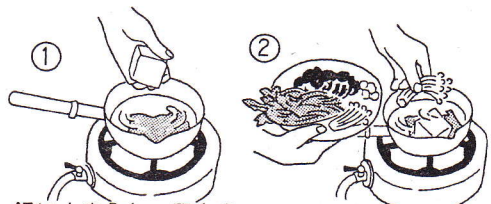
薬味として刻みネギ、おろしショウガ、七味唐辛子、あ

そこで、標準的な味つけの割合を書いておくと、だし汁

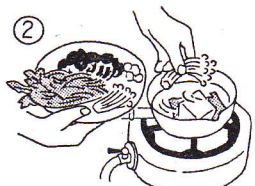
レモンとしょうゆで手づくりのポン酢

るいは大根おろしなどを用意して、好みの分量を入れて食べる。

ところで、この湯豆腐やしゃぶしゃぶを例外として、一般に、鍋物は、鍋に入れるだし汁にあらかじめ薄く味をつけておくことが多い。



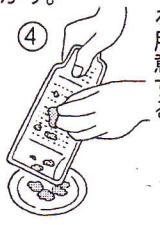
① 鍋に水を加えて弱火で煮立ったら、昆布を入れ、湯をかける。豆腐を入れて煮る。



② 豆腐に火が通ったら、あらかじめゆでておいた野菜を入れて煮る。



③ レモンの搾り汁としょうゆを半々に合わせて、ポン酢をつくる。



④ 薬味として刻みネギ、おろしショウガなどを用意する。

れに塩少々を入れて、水から煮ていくだけでよい。

昆布が浮き上がったたら昆布を取り出し、用意した好みの材料を順に入れていけば、その材料からいろいろな味がしみだしてくる。そこへ、しょうゆやみりん、それに酒をほんの少し加えて、味をととのえればよい。

あとは、前述した手づくりのポン酢と薬味があれば、十分おいしく食べられるものである。

でも、家庭料理としては、(家事としての男の手料理主) 十枚角の昆布を二、三枚、そ