

# 大根の味噌汁



使用する物 (4人前)	量
・ 混合厚削り	40g
・ 大根	100g
・ 絹ごし豆腐	半丁
・ 乾燥わかめ	2g
・ 味噌	50g

①



大根を洗って皮を剥きます。  
この時少し分厚めに剥きます。  
皮の下は繊維が固めなのと  
少し苦みが強いので  
取り除くと美味しくなります。

②



皮を剥いたら、いちよう切りにします。  
厚みは1cm～2cm程に切ると  
少し食感が残り口当たりが良いです。

③



いちよう切りした大根は下茹でします。  
お鍋に大根がかぶる程度水を入れて  
中火で15分程下茹でします。  
水から茹でるのがポイントで  
苦みが抜けてさっぱりとします。  
下茹でした水は捨ててください。

4



大根の下茹でをしている間に出汁を取ります。今回は弊社の「混合厚削り」を使います。鯉節と鯖節、枯宗田節をブレンドした物で、力強いお出汁が取れます。

水1,000mlを火にかけ、沸騰したら火を弱め混合厚削りを40g入れます。鍋底から泡が少し登ってくる状態で15分煮ます。

5



お出汁を取る際は触らずに、フタをしないでください。15分煮出したら火を止めて、出しガラを取り除きます。丁寧にする場合はざるとキッチンペーパーで濾してください。少し欠片が残っても良い方は菜箸で取り除きます。

6



出汁が取れたら下茹でした大根を入れて5分程中火で煮ます。せっかく取った出汁の風味が飛ばないように、火加減は鍋底から泡が少し昇る程度にしてください。

大根を煮たら、さいの目切りにした豆腐と乾燥わかめを入れて火を止めます。

7



火を止めたら味噌を溶いてから中火でひと煮立ちさせたら完成です。

味噌の味に負けない、力強い出汁の風味が感じられる大根の味噌汁です。