

料理人の技

今回「玉ひで」八代目、山田耕之亮さんが伝授してくださったのは、「家庭でできるそぼろ丼」。もともと「親子丼の内容を汁気のない形で持ち帰りたい」というお客様のニーズから考案されたメニューなので、玉子は十分に炒ることが大切。とりの煮汁は、2段階に分けて活用します。



【材料(1人分)】

とりひき 肉 70g
タレ 45cc(しょうゆ 10cc強:みりん 20cc強:
出汁 10cc強)
砂糖 4g
ごはん 一膳分

玉子 (LL) 1個

道具
手鍋 2個、ボール、菜箸 4本、ざる



玉子をボールにあけ、泡立て機では金属勺が
ついてしまうので使用せず、菜箸を4本使って
空気を含ませながらとく。
2の煮汁を半分と、砂糖を加える。



とりひき肉とタレを中火にかけ、
菜箸で絶えずかき混ぜる。



3を中火にかける。菜箸で絶えずかき混ぜながら、
こげないようときどき火から離す。
炒りきったところで火からおろす。



汁気を少々残した状態で火を止め、中身をざるにあける。



ごはんに2の煮汁の残り半分を含ませ、
その上に2のとりそぼろと4の炒り玉子をのせる。
比率は、とり7に対し、玉子は3。
海苔をトッピングする。