



料理人の技


中島さんが伝授して下さったのは、旬のゆり根を使った蒸し物「ゆり根のえびそぼろあんかけ」です。ゆり根のほくほく感とえびのぷりぷりとした歯ごたえの、2つの食感を上品な風味のあんで包み込んだ、冬の食卓にぴったりの一品です。また、お酒の肴にもお勧めです。調理のコツは、ゆり根を茹で過ぎないこと、えびを細かすぎず大きすぎず切り揃えること、あんの味付けは、下味よりやや濃い目にする事です。



●材料
ゆり根 40g、車えび 3〜4本（1尾15g程度）、卵白 1/3個分、ゆず少々、だし汁（かつおと昆布でとったもの。市販のものでも可）180cc、薄口しょうゆ（なければ濃い口で可）適量、みりん適量、水溶き片栗粉適量、塩適量




ボールに卵白を入れ、泡立てる。途中、塩を少々加え、軽く角が立つまで泡立てる。泡立てた卵白にゆり根を入れ、軽く混ぜ、お饅頭型にまとめて、パットに盛る




ゆり根の根元をくり抜きスプーンなどで外し、水で洗い、1.5cm角程度に切る。次に、切ったゆり根を、沸騰したお湯に入れて、1分ほど下茹でする。ここで茹ですぎないのがポイント。




パットごと温めておいた蒸し器に入れ、3〜4分中火で蒸す




茹でたゆり根を、薄口醤油、みりん、塩（すべて適量。ただし薄めの味付けで）を加えただし（90cc、お吸い物程度の味付け）につけ、味をふくませておく



だし90ccに、薄口醤油、みりん、塩（すべて適量）を加え、切ったえびを入れ、軽く温める。火を止め水溶き片栗粉を加え、とろみをつける。あんは、ゆり根の下味よりやや濃い目に



頭を取ったえびを、殻付きのまま、塩を少々加えた水に入れ、そのまま茹でる。完全に火を通しておく



蒸しあがったゆり根を器に盛り、あんをたっぷりかけ、薄く切ったゆずの皮を上に乗せて完成。ふたをして出し、食べる直前に開けるとゆずの香りが、より食欲をそそる