


辻調の楽しい食卓～鮭と芋団子のきのこ汁

<p>&lt;材料&gt; (4人分)</p> <p>塩鮭 ……………4切れ</p> <p>〔 水 ……………150ml 酒 ……………50ml 鶏もも肉 ……………1枚 さつま芋団子 〔 さつま芋 ……250g(皮をむいて 200g) 卵 ……………1個 塩 ……………小さじ 1/2 片栗粉 ……………60g 生しいたけ ……………8枚 しめじ ……………200g 舞茸 ……………100g 銀杏 ……………30個 青ねぎ ……………1束 土生姜 ……………50g 水溶き片栗粉 ……………適量</p>	<p>合わせだし</p> <p>〔 だし汁 ……………1.2ℓ 塩 ……………小さじ 2/3 薄口醤油 ……………30ml</p> <p>分量外 塩、サラダ油</p> 
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<作り方>

①塩鮭は一口大に切る。ボウルに入れて、分量の水と酒を加え、15～20分おいて塩分を適度に抜く。



②鶏肉は余分な皮や脂を取り除き、筋切りする。フライパンにサラダ油少量を熱し、皮だけを色よく焼く。取り出して、一口大に切る。



**Act OnTV**

③さつまいも団子を作る。さつまいもは1~2cm厚さの輪切りにして皮をむき、水でさっと洗って水気をふき、蒸し器で蒸す。熱いうちに裏ごしをし、溶き卵を加えて軽く混ぜ、塩、片栗粉を加えて均一に混ぜ合わせる。直径1.5cmの棒状の形にまとめ、1.5cm幅に切り分けて丸める。熱湯でゆで、浮いてきたらざるに上げる。



④①の水を捨てて鮭に落とし蓋をし、湯を注いで霜降りにする。水に落として残っているうろこを取り除き、水気をふく。



⑤しいたけは石づきを落とし、水で洗って水気を取り、軸を切る。かさは4つに切り、軸は2~3等分に裂く。しめじと舞茸は石づきを落とし、小房に分け、それぞれ水の中でさっと洗う。



⑥銀杏は殻を割って実を取り出す。鍋に銀杏を入れ、ひたひたの水を加え、塩を加えて火にかける。穴玉じゃくしの裏で銀杏をこすりながら、沸騰してから2~3分火を通す。氷水に落として薄皮をむき、軽くつぶす。



⑦青ねぎは根元を落とし、3cm長さのぶつ切りにする。



**A Act OnTV**

- ⑧生姜汁を作る。生姜は皮をむいて、水にくぐらせ、水気をふく。すりおろして手で絞る。
- ⑨鍋でだし汁を沸かし、鮭、鶏肉、きのこ類を入れる。



- ⑩3～4分煮て火が通ったら、塩、薄口醤油で調味し、さつま芋団子、青ねぎの白い部分を加えてさっと煮る。銀杏、残りの青ねぎを加えて温め、水溶き片栗粉でとろみをつけ、仕上げに生姜汁を加える。器に盛る。