

牛乳豆腐



材料 4人分

牛乳	500ml
くず粉	60g
塩	小さじ1/3

◆旨だし◆

だし汁（一番だし）	120ml
濃口しょうゆ	20ml
みりん	20ml



作り方

- ① ボウルに牛乳、くず粉、塩を入れ、よくかき混ぜてから鍋にザルでこします。
- ② ①の鍋を火にかけ、木べらで粘りが出るまで混ぜます。
- ③ 粘りが出たら火を弱くし、5分ほど焦げないように火加減を調整して混ぜ、仕上げます。
※粉臭さをなくす
- ④ ラップに③を4つに分け、水が入らないように包みゴムで止め、水の中に漬けて冷まします。
- ⑤ 旨だしを鍋に合わせて火にかけ、ひと煮立ちさせてから冷ましておきます。
- ⑥ ④を器に盛り、旨だしをかけいただきます。

だしの取り方 （一番だし）

- ① 昆布（20g）の表面を、かたく絞ったふきんで拭き、数か所に切り目を入れます。
- ② 鍋に水（1ℓ）を入れてから昆布を入れ、火にかけます。
- ③ 昆布が浮き始めたら引き上げます。
- ④ ③の鍋にかつお節（30g）を入れ、ひと煮立ちしたら火を止め、かつお節が沈みはじめたらこします。