

花のように可憐な女の子に育ちますように

# 花えびと花豆腐のお吸い物

湯沸し機能

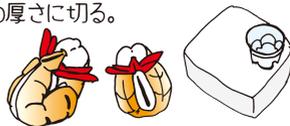


【材料 6人分】 ●海老(無頭) 12尾 ●ほうれん草 17  
●豆腐 1/2丁 ●醤油 小さじ1 ●白髪ねぎ 少々  
●だし汁(昆布と鰹節) 6カップ ●塩 小さじ2 ●酒 大さじ1

①湯を沸かして塩(分量外)を入れ、ほうれん草をサッと茹でて水に取って水気を絞る。海老の背ワタを竹串で抜き取り、茹でて尻尾を残して殻をむく。海老の上を少し残して切り込みを入れる。



②尻尾の真ん中のとんがっている部分を上の部分(切り込みを入れてない所)に差し込む。そして形を整える。豆腐は花型で抜き、5~6mmの厚さに切る。



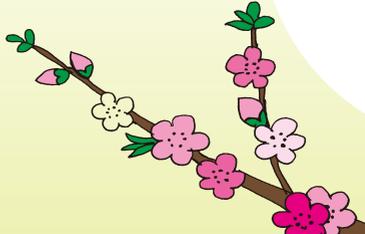
③鍋にだし汁・塩・醤油・酒をあわせて火を点火し、**沸湯5分保温**にセットする。沸湯し弱火になったら、むいた海老の殻をザルでこし、それに**1分**ほど浸して取り出す。吸い地を**100cc**ほど冷ましておく。



④人肌(冷めた)吸い地をほうれん草と海老の上にまんべんなくかける。その吸い地を花豆腐に移す。



⑤ほうれん草を**4cm**ほどに切る。お椀に碗種を盛り付け、熱い吸い地をばり、白髪ねぎをのせる。



花えびと花豆腐のお吸い物