

## ビワマスのあら味噌汁

夏のビワマスが丸ごと1尾が入手できたら、お刺身のあらでは是非とも挑戦し、ビワマスのだしがたっぷり入ったあら汁をご賞味ください。



調理 & 写真 太田滋規

【材 料】 5～6人分

ビワマスのあら(刺身の残り)	200g位
ミョウガ	2本
味噌	適量
シソの葉(大葉)	適量
キュウリ	輪切り数枚
水	900mL

【作り方】

ビワマスのあらは10cm位に切る。

ミョウガ、大葉を千切り、キュウリを輪切りにする。

鍋に水とビワマスのあらを入れ火にかける。

煮立ったらあくを取る。

火を弱め、味噌を溶き入れる。

ミョウガを椀に入れ、みそ汁を注ぎ、大葉、キュウリをちらしてできあがり。

**番外:冷やしみそ汁**

あらをよく炊いて出汁を出す。

あらを取り除いて、味噌を溶いて味付けする。

冷ました後、鍋を氷水に浮かしてさらに冷やす。

胡瓜の輪切り、茗荷の千切りを入れる。

胡瓜がシナっとするまで置いてできあがり。

冷やしたご飯にかけても美味しい。