

セタシジミしぐれ煮

しぐれ煮は、むき身にするのに手間がかかりますが、セタシジミがたくさん手に入ったときは、作って、ご飯のお供に常備しておきたい、一品です。



調理 & 写真 井戸本純一

【材 料】	一鍋分
セタシジミ(むき身)	500g
土ショウガ	20g
砂糖	75g
濃口しょうゆ	125ml
酒	大さじ2
みりん	大さじ2

【作り方】

シジミは熱湯につけて洗い、水切りしておく。土ショウガは千切りにしておく。

鍋にシジミを入れ、その上に砂糖およびしょうゆを加え、火にかける。

砂糖が溶けたところに土ショウガを加える。

沸騰してきたらアクをとる。途中で酒を加えながら煮詰まるまで炊く。

ほぼ炊きあがったら、みりんをつや出しに入れ、冷めるまで置いたあと盛りつける。

できあがりです。