

青菜のお浸し ピーナッツ白味噌

材料 (作りやすい量)

青菜 1束
(菜の花、ほうれん草、菊菜など好きなもの)

出汁 (カツオと昆布の合わせ出汁)

淡口醤油

みりん

塩

○ピーナッツ白味噌

白味噌 大さじ1

ピーナッツクリーム 大さじ1

(甘くないもの)

濃口醤油 小さじ1

ノアゼットオイル 小さじ1

(なければオリーブオイルで)

塩ゆでして冷水にとりよくしぼって冷ます。

作り方

1. だしに淡口醤油、みりん、塩を入れて火にかけて味を調える。これを完全に冷まして青菜をつける、1時間くらいから味が乗っています。
2. ピーナッツ味噌の材料を合わせてよく混ぜる。3. ①のだしを絞り、ピーナッツ白みそを乗せていただく。

*こちらは2023年12月から24年2月まで開催のオイル、ヴィネガーレッスンの時にお出しいたしましたアミューズの一品です。

まず、お浸しですが、青菜のお浸しの場合、ゆでた後、完全に冷ました青菜を完全に冷ましたおだしに漬け込むようにしてください。だしと淡口醤油、みりん、塩を合わせて必ず一度煮立ててください。みりんのアルコールを飛ばしておくことがおいしいお浸しの味わいにつながります。

ピーナッツ白味噌はレッスンで使用したノアゼットオイルがととてもよく合いますが、なければオリーブオイルでも構いません。

そのほかにもごま油やピーナッツオイルなどオイルをかえて“実験”してみてください。新しいおいしさに出会えると思います。

