

鮎の甘露煮

行事

保存

特産

【材料】

鮎	1kg	しょう油	180cc
酒	200~250cc	ざらめ	300g

【作り方】

- ①水を張ったバケツに鮎を入れ、水を替えながらよく洗う。
- ②鍋に酒・しょう油を入れて強火で煮立て、①の鮎を5回位に分けて入れる。（はね出さないようにふたで押さえる）
- ③全部入れ終わったらざらめを入れ、あくを丁寧に取り。
- ④ここから中火の弱火にして、アルミホイルなどで落しぶたをしてゆっくり煮る。途中でかき混ぜることは絶対しない。鍋全体を静かに揺する位がよい。

⑤煮汁が少なくなったら鍋を傾け、スプーンなどで残った汁をすくい上げて全体にかける。これをしっかりやることで全体に照りが出て味も付く。

⑥煮汁が無くなったら火を止め、十分に冷めたら崩れないように1匹ずつ皿に盛り付ける。保存容器に入れる場合はふたをして冷蔵庫で保存する。



ひとこと

- ◆火加減を上手に行い、焦がさないようにする。
- ◆汁気を足したい時には酒を入れる。
- ◆鍋の大きさにもよるが2kg位が煮やすい。
- ◆ざらめを使うと、みりんを入れなくてもきれいに仕上がる。