

蕎麦打ちの技術・豆知識

長島さんの辛汁レシピ紹介

いつも研鑽会用の辛汁を作っていた長島さんと落合さんに、それぞれの作り方を
ご披露いただきました。

■長島さんのレシピ

(1)特徴

- 添加物が入っていないそばつゆを作って頂きたと思い、
- 「返し」を作って置かなくても出来る作り方をご紹介します。



(2)材料

- かつお厚削り … 50g
- さば厚削り … 20g
- 出汁昆布 … 5cm角
- 干し椎茸 … 2ヶ
- 醤油 … 2カップ (400cc)
- みりん … 2/3カップ (130cc)
- 水 … 8カップ (1,600cc)

(3)作り方

- (a)水に昆布、椎茸を入れ、1時間以上つけて置く
 - (b)(a)にかつお、さばを入れ、強火にかけ煮立つに昆布を取り出し、一煮立ちさせてから弱火にし40分。アクを濾して置く。(6カップになる様に少なければ水を入れる)
 - (c)みりんを煮切して、醤油を入れ、5分煮る。
 - (d)(c)に(b)を入れ煮立たさない様に40分。そのまま1日置く。
 - (e)瓶などに入れ、冷蔵庫で保管する。
- 尚、返しを作り置きして作る本格的な汁の作りは鵜飼顧問がお出しになっていらっしゃる「手打そば、手打ちうどんのすすめ」に写真入りで詳しく掲載されております。

