

ウニ魚醤 蒸しうにと長葱のふわふわ卵とし



材料 (1人前)

◎蒸しうに……………30g	◎ご飯……………160g
◎軟白ネギ(青い所)……………10g	◎粉山椒……………少々
◎軟白ネギ(白い所)……………10g	(A)×タレ・だし50cc・ウニ魚醤10cc・本みりん20cc
◎卵……………1ヶ	(B)×天ぷら衣・卵黄少々・水大さじ2
◎卵黄……………1ヶ分	・薄力粉大さじ2弱

作り方

- ①(A)のタレに蒸しうにと、天ぷらにした軟白ネギを入れて煮ます。
- ②卵に卵黄を溶いて半分入れ、火が通ったら残りを入れて半熟になったら火を止め、ご飯にのせます。
- ③その上から粉山椒をふりかけて、完成です。



ここがポイント

蒸しうにを使っても、ウニ魚醤がうに本来の風味を補い、うにの本来の甘みやコク、旨味が濃厚に仕上がっている蒸しうにの特徴をさらに引き出します。ふっくらとした食感もお楽しみいただけます。また、タコ・ホッキ・サケ・サンマ・オオナゴの魚醤を使用した丼物でも美味しくいただけます。



レシピ開発者:日本料理講師 住吉弘就