11/6(金)　鯛だしふわふわ柚子しんじょ鍋　（加藤奈美さん）

（材料：３～４人分）

（ふわふわ柚子しんじょ）

はんぺん：１袋
たまご：１/２個
長ねぎ（葉）：１０ｇ～１５ｇ
柚子胡椒：小さじ１/３

（つゆ）

A
- チョーコー醤油
- 長崎鯛だし鍋つゆ：４袋
- 水：８００ｍｌ

（鍋の具材）

- 鯛のあら：１パック
- 塩：適量

B
- だいこん：適量
- にんじん：適量
- 白菜：適量
- しめじ：適量
- 長ねぎ（白）：１本

① （下処理）Ａは混ぜ合わせておく。長ねぎの葉は薄い小口切りにして、白い部分は １ ㎝幅の斜め薄切りにする。だいこんとにんじんはピーラーで薄切りにする。白菜は食べやすい大きさに切って、しめじは小房に分ける。

② 鯛のあらは塩をふってしばらく置き、水洗いして、水気をふく。

③ 土鍋にＢと②を彩りよく入れて、Ａ を適量加え、強火にかける。（残りのつゆは取っておき、煮詰まったら加える。）

④ しんじょを作る。はんぺんは袋のまま手でもんでなめらかになるまでつぶして、ボウルに移し、たまごを加えてよく混ぜる。①の長ねぎの葉とゆずこしょうを加えてさらに混ぜ合わせる。

⑤ ③がひと煮立ちしたら火を弱め、静かに煮立った状態にして、④の生地をスプーンで一口大にすくい鍋に落とす。

⑥ ⑤の生地を触らずに火を通し、色が変わって固まり、他の具材にも火が入ったら完成。