

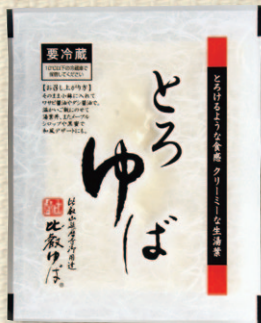
伝えて
いきたい!

滋賀の伝統食材

第62回 ゆばときのこの卵とし井

ゆばは、今から約1200年前に中国から伝えられた食材です。当時は精進料理や懐石料理に用いられ、しだいに庶民のおばんざいとしても親しまれてきました。

もれなく
30
ポイント



1065 冷蔵 次回5月 3回

比叡ゆば本舗ゆば八

とろゆば

180g

原料:遺伝子組換えでない

スプーンですくえるくらい柔らかい生ゆばです。そのままわさび醤油どうぞ。

(158kcal/1パック)

賞味期間:61日

本体 **600**円
(税込 648円)

《材料》(2人分)

1065 とろゆば … 1パック

228 えのき茸 … 150g

607 産直 こめ育ち

さくらたまご …… 2個

片栗粉 …… 大さじ1

温かいご飯

…………… 丼に軽く2杯

183 産直 青ねぎ(小口切)

…………… 1/2本分

もみのり …… 少々

A **839** 白だし

…………… 50ml

水 …… 250ml

《作り方》

- ① えのき茸は石づきを切り落とし、長さを半分につけてほぐす。
- ② 浅鍋に**A**を煮立ててえのき茸を加える。えのき茸が煮えたら少し火を弱めてとろゆばを加える。
- ③ 片栗粉に大さじ2の水を加えて溶き、②に加えてとろみをつける。溶き卵を回し入れて半熟になったら火を止める。
- ④ 2つの丼にご飯を盛って③を等分にかけて、もみのりと青ねぎを散らす。

ゆばと卵のトロトロ感。
やさしい味わいの
どんぶりです。

