

伝えて
いきたい!

伝統調味料を使って

第71回 牛肉のしぐれ煮

醤油の醸造は、室町時代の末頃に当時の文化の中心地、関西地方から盛んになりました。政治の中心が江戸へ移り、日本一の大都市に発展していくと、江戸の人々の嗜好に合わせた「濃口醤油」が広まりました。そばや天ぷら、蒲焼きなどの江戸料理が完成したのは文化・文政時代といわれていますが、そのどれもが醤油なしには生まれなかった食文化です。

おひたしや刺身に
おすすめです

1105 遠藤醤油

琵琶のしずく

500ml ★

滋賀県守山産の丸大豆と小麦を使用し、杉の大桶で2年あまりじっくり熟成させた天然醸造の醤油です。

小麦

賞味期間：2年



もれなく
20
ポイント

本体 **430**円
(税込 464円)

《材料》(2人分)

459 産直 鳥取こめ育ち牛こまぎれ	120g
1121 産直 西村さんの土しょうが(せん切)	20g
1105 琵琶のしずく(濃口醤油)	大さじ1/2
みそ	小さじ1
A 酒	大さじ2
みりん	大さじ1+1/2
砂糖	大さじ1/2
水	70ml

《作り方》

- ① たっぷりの沸騰湯に牛肉をさっと通し、霜降りにして湯をきる。
- ② 鍋に醤油と**A**を合わせて煮立て、①と生姜を入れて中火で煮る。途中でみそを加え、煮汁がほとんどなくなるまで煮詰めて火を止める。



しぐれ煮とは、醤油の味と色をかかせて佃煮風に煮詰めたものです。刻んだ生姜を入れて煮るところから生姜煮ともいい、日持ちがよく、お弁当にもおすすめです。

