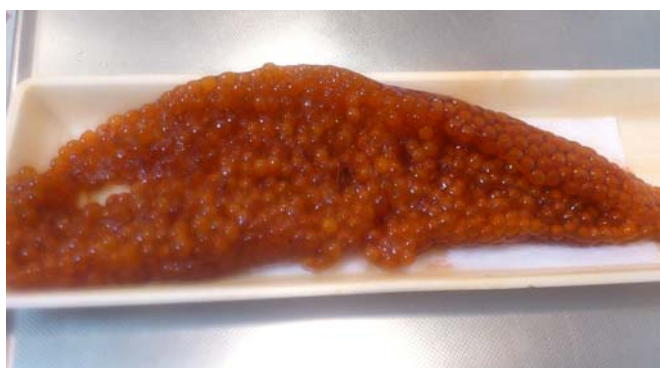


イクラのしょう油漬

何を隠そうたって隠すほどのことではありませんが、わたくし生まれも育ちも…じゃなかった、わたくし醤油大好き人間です。もっと好きなものも好きなこともありますけど、そんなこと言っても興味ないでしょうし、本題からもそれますので、その話は割愛(?)いたします。

さて、今回はイクラのしょう油漬です。うまいですね。これは酒の肴というよりは、完璧にご飯の友です。けれど魚卵やモツなどは尿酸値が上がって痛風の原因そのものです。かといって食べないで我慢なんてこと無理ですから気にしません(だって 人間なもの! by みつお)。そのぶん他で、身体に良いものを食べて埋め合わせをしようと考えています。

で、重ね重ねですが、私の場合、醤油が大好きなものですから、味を濃く作ります。見た目も濃いものがわたくし流なのですが、薄い色が好みならば、薄口しょうゆを使えば良いのです。



- ①筋子を手で半分に開き、卵から表皮を取り去る
- ②取り去った状態。スジ状のものも取り去る
- ③醤油3 味道楽7 日本酒適量 を入れる
- ④保存容器で一晩寝かせ、液を滲みさせる

キレイに仕上げたければ、薄口しょうゆ
日本酒嫌いならば、入れなくてもOK

筋子からイクラにするときに、塩水の中でパラパラにする方法がありますが、捨てる塩水に白濁液が流れ出てもったいないような気がするので、私は水を使いません。

この前まで夏野菜などと言っていたのに、もうこんな時期になったのですね。いづれにしても、季節季節の食材をつかって、簡単に楽しい食卓にしましょう。