



※写真はイメージです。

はまぐりと昆布の旨みたっぷり はまぐりの潮汁

材 料 (4人分)

はまぐり	12個	
菜の花	1/4束	
A	水	4カップ
	昆布	5cm
B	酒	大さじ1
	塩	小さじ4/5~1
	しょうゆ	少々
塩	少々	

作り方

1. はまぐりは砂出しして水洗いする。
2. 菜の花はかたい茎を除いて塩ゆでする。
3. 鍋に1とAを入れて煮立て、昆布を取りだし、アクを取って煮、はまぐりの口が開いたら2と一緒に椀に盛る。
4. 3の煮汁にBを加えて調味し、椀に注ぐ。