

しいたけの ブイヤベース

SHIITAKE

◎日向椎茸研究会◎



作り方

- ①しいたけ、セロリ、じゃがいもはひと口大、玉ねぎはみじんカットする。
- ②鍋にAを熱し、玉ねぎを炒める。玉ねぎがしんなりしてきたら、セロリを加え、軽く炒める。その後、しいたけも加え更に炒める。
- ③じゃがいも、トマト缶、ローリエ、トマトケチャップ、コンソメ顆粒、クミンパウダー、パプリカパウダーも加えて火を通す。
- ④③に火が通ったら、Bを加え煮込む。
※灰汁は丁寧に取り除きます。
- ⑤最後にアサリを加え、口が開くまで煮込んで完成。
※アサリは長く煮込むと身がやせ風味が落ちます。長く煮込まないように注意してください。

材料（4人分）

乾しいたけ（水戻し）	大きいもの約5枚
セロリ	1本
玉ねぎ（中）	1個
じゃがいも（中）	中2個～3個
トマト缶	1缶
あさり（砂抜き）	200g～250g
A { にんにく（すりおろし）	小さじ2
オリーブ油	大さじ2
ローリエ	2枚
B { しいたけのもどし汁	500ml
水	50ml
酒	50ml
トマトケチャップ	大さじ2
コンソメ顆粒	大さじ1
クミンパウダー	少々
パプリカパウダー	少々
塩コショウ	適宜

