

とろとろ豆腐丼



清水順正 おかべ家
調理部

茂川 黄

京都で和食の職人になり、40年以上が経ちます。どんな時でも真心を込めて最善を尽くすことを心にお料理を作ってきました。

私にとって春のイメージは一面の菜の花畑。店では花や葉のあしらいで季節感を出すことも多いのですが、家庭ならと考えると、卵黄の黄色を生かしたあんかけ丼を作ってみました。ごくさっぱりした味付けなので、刻んだ柴漬けをたっぷりと乗せてお茶漬け感覚でいただくのがおすすめです。柴漬けとおとうふとっても相性がいいですよ。

(2人分)

- 絹ごしとうふ……………200g
- お揚げ(厚め)……………1枚
- 菜の花……………6本
- 卵黄(量はお好みで)……2〜4個分
- 柴漬け……………適宜
- 白味噌(味噌で代用可)……小さじ2
- だし汁(または水)……………小さじ2

	A	B	C
だし汁	360cc		
薄口醤油	60cc		
みりん	60cc		
葛粉(片栗粉で代用可)	8g		
水		小さじ2	
だし汁		360cc	
薄口醤油		20cc	
みりん		20cc	
砂糖			5g

作り方

1. **A**を鍋に入れてひと煮立ちさせて、**B**の水溶き葛を加えてとろみをつけておく。
2. **C**の汁でお揚げをさっと炊いて、粗熱が取れたら一口大に切っておく。
3. 菜の花はさつと茹でて水気を切り、一口大に切る。柴漬けはみじん切りにする。
4. とうふはキッチンペーパーで包んで電子レンジで2分ほど加熱して水切りし、木べらで粗めに崩す。
5. 卵黄をボウルに入れて溶きほぐし、白味噌をだし汁(または水)でのばしたものを加えて混ぜる。**2**の揚げと**4**のとうふを加え、とうふを崩しすぎないように混ぜる。
6. 耐熱容器に**5**を入れてラップをふんわりかけ、電子レンジで加熱する。卵黄が固まり出したところ合点。600Wで1分30秒前後が目安。
7. 丼に白ごはんを盛って**6**を乗せ、熱々にした**1**のあんをかける。菜の花と柴漬けをあしらって出来上がり。



6での加熱は卵黄が半熟になる程度にとどめるため、豆腐は水切りのついで温めるか常温に戻しておきます。