

【だしの配合と作り方】

○昆布と削り節のだし（出来上がり 600 cc）

材料

水・・・800cc

だし昆布・・・（出来上がり重量の 1%） 6g

削り節・・・（出来上がり重量の 2%） 12g

作り方

- ①こんぶは乾いたふきんで表面を軽くふき、分量の水とともに鍋に入れ、弱火にかける。ふたはしない。
- ②気泡が出てきたら（約 50℃）こんぶを出し、削り節を一度に加える。
- ③アクが浮いてきたらすぐ除く。鍋の周囲が沸騰し始めたら、すぐ火を止め、そのまま静かに 1～2 分おいて削り節が下に沈むまで待ち、こす。

○昆布だし（出来上がり 800 cc）

材料

水・・・1000 cc

だし昆布・・・（出来上がり重量の 2%） 16g

作り方

- ①昆布は乾いたふきんで軽き、水につけておく。冬場は 6～7 時間から 1 晩ほどつける。
- ②つけた水ごと弱火にかけ、沸騰させずにコトコトと 20 分～30 分煮て味を出す。
（大量調理上 作り置きは出来ない）

○煮干しのだし（出来上がり 600cc）

材料

水・・・800cc

煮干し・・・（出来上がり重量の 2～2.5%） 13～15g

作り方

- ①煮干しは頭と黒いわたを除く。
- ②分量の水に 5 分以上つける。
- ③中火よりやや弱めの火にかけ、沸騰したら火を弱め、浮いてくるアクをすくい取ってふたはしないで静かに 2～3 分煮出し、こす。