

# つくんのどうでもいいお話

ニュースレター =Vol.9=



## 筆者紹介

氏名：都築政雄  
資格：一級建築士 二級施工管理技士  
身長：169cm 体重：62kg  
出身地：愛知県常滑市  
誕生日：8月21日（獅子座）  
血液型：A型  
趣味：管楽器演奏 ゴルフ 釣り 料理  
特技：燻製作り  
性格：温厚 神経質  
モットー：いつも笑顔で



高地では初冠雪の便りも聞かれ秋本番となり私の大好きな金木犀の香が漂う季節となりました。秋といえば実りの秋、食欲の秋とも言われますが今回はいくら醤油漬けのレシピの紹介をしたいと思います。

先ずできる限り新鮮な筋子を用意します。次に漬けダレに漬けられるように下処理をしていくわけですがこの下処理が非常に重要になるわけで処理があまいと生臭さが残り美味しくいただけなくなってしまいます。

手順としてはもち網などで筋子をほぐします。新鮮なすじこは比較的簡単にほぐれますが皮の廻りの粒がとり難い場合は親指と人差し指で挟んでしごく様に押し出すと比較的きれいにとれます。次に日本酒と冷水で交互に洗っていきます。この時細かな筋やつぶれた皮の残骸を可能な限り取り除いてください。おおよそ3～5回で水も濁らなくなり浮遊物も無くなります。きれいになったらざるにあげて水を切ります。漬けダレは、日本酒に出汁し昆布を入れ弱火で出汁をとりながらアルコール分を飛ばしていきこれを冷まして醤油と1：1で合わせれば漬けダレの完成です。

あとは水気を切った筋子がひたひたになるくらいにタレを加えて一晩冷蔵庫で漬け込めば完成です。そのまま食べてもよし、ご飯の上に刻みのりを敷いて周りに鮭フレークを散りばめその上にドバッといくらをかけて親子丼にしても最高です。これから日がたつにつれ粒の皮が厚くなって口の中に残るようになってきますのでお早めにお試しください。