

C 鰻茶漬け、塩糍風味！

調理時間25分

材料（4人前）

鰻切り身（骨切り済み）	70g
塩糍しょうゆ	大さじ2〜3
日本酒	適量
鰻のアラ	適量
長ネギ（そぎ切りに）	1／2本
水	600cc

ごはん	適量
緑茶	適量
昆布茶	適量
三つ葉	適量
刻み海苔	適量
お好みでわさび、柚子こしょう、あられ	適量

作り方

1	「塩糍しょうゆ」2、日本酒1の割合のマリネベースに「鰻」の切り身を10分ほど浸け、下味を付ける。
2	遠火で焼き上げ、1cmほどの間隔で切っておく。
3	「鰻」のアラをザルに乗せ、さっと熱湯をかけて生臭さを取り除く。
4	下処理したアラを適当な大きさに切り、そぎ切りしたネギとともに600ccの水で、丁寧な灰汁を引きながら15分ほど煮る。濾して出汁を取る。
5	4の出汁と緑茶を2：1の分量で合わせ、昆布茶で塩味を調える。
6	湯洗いし、粘りを取ったごはんを大き目の茶碗に盛り付け、2の焼いた「鰻」に乗せ、5の熱い出汁をかけ、三つ葉、刻み海苔をあしらう。
7	好みでわさび、柚子こしょう、あられなどを加える。