



Brodo di pesce di Hamo

ハモのお吸い物



【材料】

(アラのお出汁)

ハモのアラ	1尾分
※コンチェントラートデルマーレ	小さじ1
昆布	10×10 cm
水	1リットル

(吸い物／2人前)

アラのお出汁	200ml～
※コンチェントラートデルマーレ	少々
醤油	小さじ1/3
ハモ	3cmカット1つ
三つ葉	1人3本×2

※印はアサクラアイテム

YouTube／アサクラ CHANNEL VOL. 112 ライブクッキングより

【作り方】

(お出汁の取り方)

- 1) 鍋に1リットルの水、昆布、いれてしばらくおく
(その間にハモのアラの処理をする)
- 2) アラはさっと流水で洗う
- 3) アラをボウルに入れコンチェントラートデルマーレ小さじ1をふり、
手で全体に十分に馴染ませ水で洗う
- 4) 軽くペーパータオルで全体の水けをふく
- 5) あらかじめ魚焼きグリルを温め焼き魚をするようにハモの両面をしっかりと焼く(焦げ目がついてもよい)
- 6) 昆布を浸した鍋に焼いたアラを入れて火をつけ中火で沸騰するまで煮る
- 7) 沸騰したら弱火でふつふつという火加減をキープし蓋をしないで15分煮出す(10分でも出汁が出た)
- 8) 漉す

(お吸い物)

- 1) 三つ葉は洗って3本一緒に片結びし、お碗の大きさに合わせ余分な茎はカットする
- 2) ハモは3cmの長さにカットし、それを2等分にする(1人前1ピースとした場合)
- 3) アラのお出汁を鍋に入れ軽く沸騰させコンチェント、醤油を加え味を調える
- 4) ハモを加え再沸騰したら30秒ほど加熱する
- 5) お碗にハモ、三つ葉を入れ熱々のお出汁を注ぐ