



シェフ永井のおすすめ

永井智一（ながいともかず）
茨城県笠間市にある
「天晴（旧キッチン晴人）」
オーナーシェフ



いろいろなキノコの炊き込みご飯

材料（6人分）

米	450g
ヒラタケ	120g
マイタケ	80g
ハナピラタケ	60g
マッシュルーム	4個
かつおだし	350ml
しょうゆ	35ml
みりん	35ml
料理酒	35ml

作り方

- (1) ヒラタケ、マイタケ、ハナピラタケはほぐし、マッシュルームはスライスしておく。だし汁の材料を鍋に入れ一煮立ちさせ冷ましておく。
- (2) 米をとぎ、ざるに20分あげておく。
- (3) 炊飯器にだし汁を入れ、(2)の米とキノコ類を入れ20分浸し炊き上げる。
- (4) 器に盛り付けて出来上がり。

秋の冷やし鉢

材料（10人分）

サツマイモ	240g
サトイモ	240g
カボチャ	120g
ミニトマト	10個
ユズ	適宜
塩	適宜
A	
かつおだし	640ml
薄口しょうゆ	80ml
みりん	80ml
粉ゼラチン	8g

作り方

- (1) サツマイモ、サトイモ、カボチャは皮をむき乱切りにして水洗いし、薄く塩を振り蒸し器で20分ほど蒸す。
- (2) 器に(1)の野菜、半分にカットしたミニトマトを彩りよく盛り込む。
- (3) 小鍋にAを入れ一煮立ちさせ、熱いうちに(2)の器に流し入れる。
- (4) 粗熱を取ってから冷蔵庫で冷やし、Aが固まったら出来上がり。仕上げに振りユズをかけてどうぞ。