

大浜大豆の濃厚呉汁

材 料

4 人分

大浜大豆	150 g
水	700 cc
にがり	10cc
味噌（鳥居醤油店）	20 g
白ねぎ	1/2 本



※下線は、能登の一品の認定商品です。

作り方

- 1・大豆はたっぷりの水でもどしておく。（一晩浸ける）ふっくらと戻ったら、水気を切っておく
- 2・1に水を加えてミキサーかフードプロセッサーにかけ、細かく砕いておく。（ミキサーの大きさによっては、数回に分けてなめらかにする）
- 3・ネギは小口切りにする。
- 4・鍋に2を入れ、中火～弱火で10分程なじませながら加熱する。途中で吹きこぼれそうになったら火を弱めて調節する。ガーゼで漉して、おからと豆乳に分ける。
- 5・鍋に戻して中火で加熱し、少し湯気が上がったなら、にがりを加えて混ぜ、味噌も溶かし加える。器に盛り、ネギを飾って出来上がり。

しもおきひろこキッチンスタジオ