

いくらのしょうゆ漬け

<材料> (4人分)

生筋子.....1腹(250g~300g)

A { しょうゆ.....大さじ2
みりん.....大さじ1
酒.....大さじ1
塩.....大さじ2位

<作り方>

1. 小鍋にAを合わせ、ひと煮たちさせ冷ましておく。
2. 50℃位のぬるま湯に、生筋子を入れ、指でやさしく薄皮はがしバラバラにし、ザルに上げる。
専用の網でバラバラにしてもよい。
3. 3%の塩水(水1ℓに大さじ2位)に、2を入れざっと混ぜる。(色がオレンジに変わる)
ザルにあげてしっかり水気をきる。残った薄皮などもきれいに取り除く。
4. 1の漬け汁に3のいくらを漬けこみ、15分ほど常温に置いてから冷蔵庫へ。
2、3時間後、いくらが汁を吸ってぷっくりしたら完成。
漬け汁を捨て容器に入れて冷蔵保存。5日間ほどもちます。

☆びんや保存袋に入れて冷凍してもOK。(3、4か月で食べきるとよい)

☆ちょうどよく漬かったら漬け汁は捨てましょう。どんどん味が濃くなります。