

手作りかまぼこ ＊

Marutaka recipe

【材料】

- ・丸高 上生身400g（かまぼこ板2枚分です。）
- ・塩1つまみ

【作り方】

- ① すり鉢（ボールでも良い）に、上生身400gを入れる。
- ② 塩少量を入れてよく混ぜる。
- ③ 常温で1～2時間置いておく。
- ④ 少し固くなったら洋食用のナイフなどで板にのせ、形を作ります。
- ⑤ ラップをして冷蔵庫で1日寝かせる。
- ⑥ ⑤を15～20分蒸かし、蒸しあがったら氷水に入れて冷やします。
- ⑦ 冷蔵庫でさらに1日寝かせて出来上がり。

※寝かせて固くすることによりプリプリ感が出せます。

出来上がり後も数日後のほうがプリプリの食感と味わいが良くなります。

