



汁物

仙台 麩 と大ハマグリのお吸い物



【材料】	分量（4人分）
仙台 麩 （約1cm厚さの輪切り 12枚）	約1/2本
ハマグリ	4個
添えの菜の花ゆでたもの	適量
【A】	
水	800ml
塩	小さじ1/2
薄口しょうゆ	大さじ1
みりん	小さじ1

【調理方法】

1. ハマグリは汚れをとって砂をはかしておく。
2. 鍋にAの水と仙台 麩、ハマグリを加える。ハマグリの口が空いたらAの他の調味料を加える。

【砂抜き】 海水程度3%（300mlの水だと小さじ2の塩）冷暗所に1日以内 ボウルよりバット、新聞紙等をかける。