

ハタハタ鍋



作 者 清水 義隆 さん

住 所 大阪府堺市

使用干物 ハタハタ

材料

ハタハタ干物8尾

京ねぎ1本

菊菜1束

焼き豆腐1丁

旨出汁

(二番出汁9：薄口1：ミリン1)

作り方

- 1 ハタハタを魚焼き器で焼き、頭・尾を包丁で落とす。中骨を抜く。
- 2 具材を適当な大きさに切る。
- 3 旨出汁に具材、ハタハタを入れ、炊く。

作者コメント

ハタハタ干物は旨み溢れる魚です。焼いてから炊くことで、旨い出汁が出ます。干物は臭みが少なく、味が付いているので、何もつけずに野菜も美味しく食べれます。