

今月の食材「秋山商店の鰹節」

透けるほどに薄く、花びらのように舞う幅広い鰹節削り。封を開けた瞬間にふわっと広がる芳醇な香りは、削りたてを封じ込めた証です。極上の脇役はいつもの味を上品にランクアップしてくれる食卓の立役者。そのまま食べるもよし、もちろんだしを引いて汁物や料理のベースにも。日本人のソウルフードを存分にお楽しみください。

撮影/川上輝明(bean) 料理・スタイリング/橋本彩子 編集・文/内田いづ子



お届けしたのは秋山商店の「鰹上削り二番」

血合いの入った削り節で、味も濃厚。どんな素材とも相性がよく、家庭料理にはもっともおすすめの削り節です。そのまま食べたり、料理に加えたり、だしを引くのにも適していて、幅広い用途が魅力です。

予約不可

鰹の削り節を味わう



あつあつご飯に削り節をのっけて 秋山さんちのねこまんま

炊き立てのご飯に削り節をわさっとのせて、オクラやしその葉、ごまなどの薬味をたっぷり添えるのが秋山家流。薬味はほかに、みょうがやねぎなど好きなものを加えても。白いご飯の上で踊り、鰹の削り節のおいしさがダイレクトに味わえる、日本人にとって一番身近なファストフードです。しょうゆをたらしてどうぞ。

鰹だしの麺つゆでいつもの味を格上げする

ぶっかけそうめん

これからの季節には欠かせない冷たい麺料理。麺つゆもぜひ手作りを。鰹だしにしょうゆとみりんを合わせるだけで、すぐにできあがります。上品で香り高く、いつものそうめんの味が格上げされます。

鰹だしを味わう



麺つゆの作り方 作りやすい分量
だし汁3カップ(作り方は下記参照)、しょうゆカップ1/2、みりんカップ1/4を鍋に入れて火にかける。煮立ったら火からおろして冷ます。

材料と作り方 2人分
そうめん3束はゆでて流水ですすいでぬめりを取り、水けをきる。器に盛って麺つゆをかけ、せん切りにしたきゅうりとみょうが、ゆで卵、削り節をのせる。

匠の技、名店の味

鰹一番だしの引き方を習う

鰹だしを引くのは、熱湯に鰹節削りを入れてこすだけ。たったこれだけの工程で、香り高く滋味深いが完成します。料理はだしが効いていると味に奥行きが生まれます。うまみも深くなるため、しょうゆや塩などが少なくてもおいしく感じ、塩分が抑えられるという利点も。鰹だしの引き方を教えていただきました。

湯を沸かし削り節を投入



水1ℓに対して鰹節削り25g〜30gが目安。鍋を火にかけて沸騰したら火を弱め、鰹節削りを投入。

沸騰したら30秒待つ



鰹節削りを全部入れたら中火で沸騰させ、30秒したら火を止めて削り節が沈むのを待つ。

キッチンペーパーでこす



ボウルにさらしやキッチンペーパーを敷いてこす。家庭料理なら削り節は絞っても味に大差なし。

黄金のだしが完成



たった数分で黄金に輝く鰹だしが完成。お吸い物や味噌汁、煮物や麺つゆのベースなどに。



オプションでご注文いただける本節と鰹節削り器。削りたては格別の味わいです。シュッシュッと手に伝わる削りの感触が楽しい。

調味料としても使える「秋山さんちの作り置き」

和食にはとても重宝する作り置き調味料。冷蔵庫に常備しておく、市販の麺つゆの素がなくても味が決まります。

作り方

水、みりん、しょうゆを4:1:1の割合で鍋に入れて火にかける。沸騰したら鰹節削りを入れて、30秒ほどして火を止める。ペーパーでこしたら、保存容器に入れて冷蔵庫へ。冷蔵庫で1週間ほど保存可能。

風味を保つ

鰹節削りの保存法

鰹節削りは使用後は密閉できるジッパーつきのポリ袋へ入れて、冷蔵庫へ。香りは揮発性なので、時間が経つと薄れていきます。早めにご使用をおすすめします。

ご注文はこちらから [築地食べる通信](#) [検索](#)