

村田吉弘氏開発 おこぜ茶漬け

—おこぜ茶だし—

A) 水	3 6 0 0 cc
酒	1 0 0 c c
昆布	60 g
おこぜあら（頭、かま、中骨など）	5 0 0 g
玉露	1 5 g

①おこぜのあらに0.5%の塩をして半日置く。霜降りし、氷水にとって汚れやぬめりを取り除く。

②水に酒、昆布、掃除したあらを加え強火にかけ沸いたらアクを取り除き弱火にする。10分程ごく弱火で煮だし、うまみが出たら火を止め、お茶を加える。2~3分待ってリードペーパーなどで漉す。

味つけ

B) おこぜ茶だし	1 5 0 c c
淡口	5 c c
塩	0.2 g

—おこぜそぼろ—

おこぜ上身（塩を0.8%まわしたもの）	5 0 0 g
酒	5 0 0 c c
塩	少々
淡口	少々

① おこぜの上身に重量の0.8%の塩をふり、半日置く。

②250℃のオーブンで8分焼く。ほぐしたものを鍋に入れ酒、実山椒と共にほぐしながら煎り上げる。

—茶漬け1人前—

ご飯	1 0 0 g
針海苔	0. 5 g
胡麻	0. 4 g
ぶぶあられ	2 g
小口切り浅葱	1 0 g
おこぜそぼろ	3 0 ~ 3 5 g
山葵	3 g

