

くれこづき

暮来月のおもてなし料理

師範 藤原 秀一

小鉢三種

- 豆乳豆腐
- 焼鰯玉子鰻甲漬
- 松笠慈姑
- 焼とき平茸
- 零余子塩蒸し
- 軸菜
- 山葵、鰻甲鰯
- 才巻海老油霜
- 海老頭揚
- ズッキーニ
- （黄、緑）
- 木の葉長芋
- トマト風味
- 変わり酢
- （赤茄子酢）
- デイル
- 鮫鰯煮凝
- 鮫鰯若狭焼
- 松葉浅葱
- 辛子酢味噌
- 紫芽
- 鮫肝柚子
- あちやら巻
- キャビア
- 縊り大根
- 縊り人参、分葱
- 花穂、黄身酢

- お椀
- 薄葛仕立
- 鰯蕪蒸し
- 蟹二身
- 一文字柚子
- 人参、三つ葉
- 雪輪大根
- 名残松茸

- 鉢肴
- 鰯相生雲丹焼
- 占地
- 木耳玉子

◎小鉢三種

▽豆乳豆腐は、豆乳一六〇〇cc、牛乳四〇〇cc、蕨粉一二〇g、タピオカ粉六〇gを鍋に入れて火にかけ、沸騰したところに水をお玉で一杯分（一四四cc）入れてよく混ぜ合わせて寄せる。

焼鰯は、鰯の身を開いて、鰯玉子鰻甲漬を蟹で茶巾に包み、表面を針でほぐし、ガスバーナーで焼き目をつける。

鰯玉子鰻甲漬は、鰯の温泉玉子を作り、味噌漬とする。

松笠慈姑は、芽慈姑を松笠に剥き、山梔子で色づけし、八方出汁で含ませる。

焼とき平茸は、とき色平茸に酒を振り掛け、塩をして焼く。

零余子塩蒸しは、零余子に酒を振り掛け、塩をして蒸す。

軸菜は、菠薐草の軸を色よく含ませる。

鰻甲鰯は、出汁四、濃口醤油一、味噌〇・五を合わせ、薄く片栗粉を引く。

▽才巻海老油霜・海老頭揚は、才巻海老の身と頭を素揚げにする。

ズッキーニは、半切りし、筒抜きで種を取り除き、一度茹でて適宜に庖丁し、割酢に漬ける。

木の葉長芋は、長芋を木の葉に剥いて明礬で色を留め、塩をして蒸してから焼く。

トマト風味変わり酢は、トマトを湯剥きにして種を取り、塩をして余分な水分を取る。トマト二個、緑タバスコ（ハラペーニョ）小さじ一杯半、土佐酢八〇cc、大蒜卸し小さじ一／三、ケチャップ一三〇cc、塩

小さじ一杯、胡椒少々、白胡椒小さじ四杯、カイエンペッパーホール五振りを含ませ、ミキサーにかける。

▽鮫鰯煮凍は、鮫鰯のぬめりを塩でよく取り除き、胃袋、鰓を庖丁でしごく。一度全ての材料を熱湯にくぐらせて霜降りし、綺麗にぬめりと血合いを取り除き、柳肉は適宜に庖丁し、昆布出汁に塩を入れて薄く味を調える。後、鮫鰯を入れてアクをすくいながら火を入れ、取り出して適宜に庖丁し、茹でた昆布出汁にゼラチンを加えて寄せる。割合は、昆布出汁二合に対してゼラチン二枚。分葱、若布、酢味噌を添える。

鮫鰯若狭焼は、鮫鰯を適宜に庖丁し、出汁三、濃口醤油〇・八、味噌〇・五、酒少々、塩少々の若狭地にて焼く。

鮫肝あちやら巻は、鮫鰯の肝の薄皮を取り除き、針打ちして血抜きし、適当な大きさに庖丁する。ラッ

プで筒状に巻いて先端を締め、空気が入った所を金串や竹串で空気を抜き、アルミホイルで巻く。鍋に酒一升、味噌二合、濃口醤油四二〇ccを合わせて一度沸かし、面器に鮫肝を入れて三〇分くらい蒸し器で蒸し、千枚蕨菁漬で巻く。

分葱は、分葱の穂先を摘まんで取り、熱湯でサツと茹で、適宜に庖丁する。

酢味噌は、玉味噌三六〇〇g、酢適量、和芥子適量を合わせて作る。

玉味噌は、石野白味噌二kg、卵黄十二個、砂糖二〇〇g、酒二〇〇cc、薄口醤油二〇〇cc、味噌二〇〇ccを合わせ、三〇分くらい練り上げる。

黄身酢は、卵黄三個、砂糖大さじ一と一／四杯、酢大さじ一と一／二杯、味噌少々、塩少々で作る。

松葉浅葱、紫芽、縊り大根、縊り人参、キャビアは説明を略す。

◎お椀

▽鰯蕪蒸しは、鰯を三枚に卸し、切り身にして強めに塩をあて、串を打って焼き上げる。蕪を卸金で卸し、さらしでかるく絞り、塩、卵白を合わせて先の焼いた鰯を包んで蒸す。

蟹二身は、棒蟹を開いて蒸し缶に並べ、打粉をして魚の揺り身を付けて蟹二身とする。

名残松茸は、松茸を適宜に庖丁してサツと焼き、吸地に含ませる。

雪輪大根、一文字柚子、人参、三つ葉は説明を略す。

◎鉢肴

▽鰯相生雲丹焼は、鰯を三枚に卸して中骨を抜き、ベーコンを抱かせて両妻折にして塩焼し、蒸し雲丹をのせてさらに焼き上げる。

占地茸は、酒を振り、塩をして焼く。

▽木耳玉子は、木耳をもどし、繊切りにして玉子焼の出汁と合わせて小袖巻とする。

味噌漬チーズ
奉書巻
重ね昆布味噌漬
揚胡桃
栗豆甘煮
酢取防風
蒿苳薑辛子漬
木の葉人参酢漬
岩梨酢漬
木の葉生姜酢漬
はじかみ、酢橘
ルツカス

蒸し物

金目鯛翁蒸し
古代米
叩き滑子
春菊、菊花
天・山葵

煮物

鶏豆腐
湯葉含め煮
色煮茄子
蕪吉野煮
管牛芳、蓮根
壬生菜

東丹沢猪鍋料理

猪鍋ゝぼたん鍋ゝ
飯山地味噌仕立
白菜
笹がき牛蒡
春菊、榎木茸
大根、人参

味噌漬チーズ奉書巻は、プロセスチーズを西京味噌床で五日間床漬けにし、桂に剥いて甘酢に漬けた大根で巻く。

重ね昆布西京漬は、昆布の汚れを取り、適当な幅に切り揃えて重ね、鍋にたっぷりの水を張り、梅干を入れて柔らかくもどし、酢、味噌、砂糖、濃口醤油を小分けにして加え、味を調えて煮上げ、木枠に収めて重石をのせ、形を整えてから切り出す。

栗豆甘煮は、雛豆を水に浸して薄皮を剥き、山梔子と蜜で甘露煮とする。

木の葉生姜酢漬は、生姜を木の葉に剥き、食紅で色をつけて酢取る。

蒿苳薑辛子漬は、蒿苳薑の筋を残さずに皮を剥き、角状に庖丁して色よくボイルし、吸地に溶き辛子を入れて漬け込む。

酢取り防風、木の葉人参酢漬、岩梨酢漬、揚胡桃、酢橘は説明を略す。

◎蒸し物

▽金目鯛翁蒸しは、金目鯛の身を削ぎ身に庖丁し、塩をあてておく。黒米二〇gに対して白米二合で炊飯器にて炊く。炊いた黒米を俵に作り、金目鯛を巻き、器に出汁昆布を敷き、蒸器にて蒸す。出汁、濃口

醤油、味噌、酒、鯖節を合せ、叩き滑子、旬菊、菊花を加えて餡とし、山葵を添える。
蕎麦つゆの割合は、水四升二合 濃口醤油六〇〇cc、味噌六〇〇cc、酒三〇cc、鯖節二五〇g、青葱一

ゝ二本。

◎煮物

▽鶏豆腐は、鶏挽肉一kg、濃口醤油〇・五合、酒〇・五合を鍋に入れて火を通し、当り鉢に入れ、温かい内に砂糖、田舎味噌を加え、当り鉢でよく当たり、ボールに移しておく。別の一kgの鶏挽肉を当り鉢で当たり、先のボールに移しておいた鶏挽肉を加えて一緒に当り、調味料を加えて味つけし、最後に微塵切りの葱を和えて蒸し缶にきめ、約一時間蒸す。蒸し上がったら庖丁し、出汁一升、薄口醤油五〇cc、水塩適量、赤酒五〇cc、砂糖四〇gを合わせて沸いてきた所に入れ、紙蓋をして弱火で約一〇分含ませる。

▽巻湯葉含め煮は、昆布出汁、鰹出汁を同割で合わせ、沸いた所に湯葉を落とし、酒、砂糖、薄口醤油、味噌、塩で味を調え、紙蓋をして汁が濁らないよう、砂糖勝ちで静かに含ませる。

▽色煮茄子は、茄子の真ん中に菜箸で穴を開け、周りの皮目に庖丁目を入れ、鍋に出汁、濃口醤油、砂糖を入れ、茄子を入れて落とし蓋をし、強火で押さえつけるように煮て火を通し、味を調えて仕上げる。

▽蕪吉野煮は、蕪の皮を剥き、適量の大きさに庖丁し、米研ぎ汁で落とし蓋をしてもどし、そのまま鍋止めにする。後、水でさらし、水抜きし、出汁十四、薄口醤油一、味噌一の出汁で含ませる。

管牛蒡は、牛蒡を下茹でし、出汁、濃口醤油、味噌、酒、砂糖で含ませる。

蓮根白煮は、蓮根を適宜に庖丁し、水、酒、砂糖で煮上げる。

壬生菜は、一度茹で、玉子の卵白をさらしで漉し、八方出汁が沸いて来たら壬生菜、卵白を加えてサツと火を通し、霜振り壬生菜とする。

◎東丹沢猪鍋料理

▽猪鍋（ぼたんなべ）は、白菜、笹がき牛蒡、春菊、榎木茸、大根、人参、長葱、糸蒟蒻、焼豆腐を皿盛りにする。別皿に猪肉を並べる。

猪味噌は、丹沢白味噌一〇kg、丹沢粒味噌一〇kg、赤酒二升、酒二升、砂糖二・五kg、大村屋の絹胡麻一・二kg、XO醤一本、味の素⑤大さじ二杯を鍋に入れて四〇ゝ五〇分練り上げ、昆布出汁でのばす。

協賛

ヤマサ醤油株式会社

小鉢三種
豆乳豆腐
 豆乳……………1600 cc
 牛乳……………400 cc
 蕨粉……………120g
 タピオカ粉……60g
 水……………144 cc
焼蟹
 棒蟹……………5 本
鶉玉子亀甲漬
 鶉玉子……………5 個
松笠慈姑
 慈姑……………5 個
焼とき平茸
 とき色平茸適量
軸菜
 菠薐草……………1 束
亀甲餡
 出汁……………4
 濃口醤油………1
 味醃……………0.5
 片栗粉適量
才巻海老油霜・海老頭揚
 才巻海老………5 匹
ズッキーニ
 黄、緑ズッキーニ…各 1 本
木の葉長芋
 長芋適量
トマト風味変わり酢
 トマト……………2 個
 緑タバスコ(ハラペーニョ)…小さじ 1.5
 土佐酢……………80 cc
 大蒜卸し………小さじ 1/3
 ケチャップ………130 cc
 塩……………小さじ 1
 胡椒少々
 白胡麻……………小さじ 4
 カイエンペッパーホール適量
鮫鯨煮凍り
 鮫鯨……………全体で 1 本(約 3kg)
煮凝り地
 昆布出汁………2 合
 ゼラチン………2 枚

鮫肝あちやら巻
あちやら巻漬地
 酒……………1 升
 味醃……………2 合
 濃口醤油……………420 cc
酢味噌
 玉味噌……………3600g
酢、和芥子各適量
玉味噌
 石野白味噌……………2 kg
 卵黄……………12 個
 砂糖……………200g
 酒……………200 cc
 薄口醤油……………200 cc
 味醃……………200 cc
黄身酢
 卵黄……………3 個
 砂糖……………大さじ 1・1/4
 酢……………大さじ 1. 5 杯
 味醃、塩各少々

お椀(5 人前)
鰯燕蒸し
 鰯……………100g
 燕……………3 個
蟹二身
 棒蟹……………3 本
 生身少々
名残松茸
 松茸……………1 本
雪輪大根
 大根適量
人参少々
三つ葉少々
一文字柚子
 柚子……………1 個
吉野葛適量
鉢 肴
 鰯相生雲丹焼
 鰯……………3 本
 ベーコンスライス………3 枚
 生雲丹適量

占地適量
木耳玉子
 木耳少々
 玉子……………5 個
味噌漬チーズ奉書巻
 プロセスチーズ適量
 大根適量
木の葉生姜酢漬
 棒生姜……………5 本
酢橘……………1 個
ルッカス少々

蒸し物
 金目鯛翁蒸し
 金目鯛……………1 本
 古代米……………20g
 白米……………2 合

煮 物
 鶏豆腐
 鶏挽肉……………2 kg
 濃口醤油……………0. 5 合
 酒……………0.5 合
 砂糖適量
 田舎味噌……………15g
 葱微塵切り………2 本
煮物地
 出汁……………1 升
 薄口醤油……………50 cc
 水塩適量
 赤酒……………50 cc
 砂糖……………40g

巻湯葉含め煮
 巻湯葉……………1 本
色煮茄子
 茄子……………2 本
蕪吉野煮
 蕪……………2 個
吉野煮地
 出汁……………14
 薄口醤油……………1
 味醃……………1

管牛蒡
 牛蒡……………1 本
蓮根白煮
 蓮根……………1 本
霜降り壬生菜
 壬生菜……………1 束

東丹沢猪鍋料理
 猪肉……………3 kg
 白菜……………半分
 笹がき牛蒡………2 本
 春菊……………1 束
 榎木茸……………1 束
 大根……………1 本
 人参……………1 本
 長葱……………3 本
 糸蒟蒻……………400g
 焼豆腐……………1 丁
 猪味噌
 丹沢白味噌………5 kg
 丹沢粒味噌………5 kg
 赤酒……………2 升
 酒……………2 升
 砂糖……………2. 5 kg
 大村屋絹胡麻…1. 2 kg
 XO醤……………500g
 味の素㊟………大さじ 2 杯

お知らせ



日本料理研究会
LINE@
始めました！

日本料理研究会のライン
@アカウントを作成しま
した！皆様役に立つ情
報を発信していきたいと
思いますので、ぜひお友
達登録お願いします！