

鰯の昆布じめ

●材料● 4人分

鰯 ……………1/2 尾
 煎り酒
 酒 …………… 200ml
 水 …………… 100ml
 梅干し ……………2 個
 爪昆布 ……………1 枚
 煎り米 ……………大さじ 1
 削り鰹 ……………5g
 薄口醤油 ……………10ml
 花茗荷 ……………4 個

甘酢
 水 ……………100ml
 酢 ……………100ml
 砂糖 …………… 30g
 塩 …………… 10g
 浜防風 …………… 1/2 束
 水前寺海苔 ……………4cm 角
 山葵 …………… 適量
 おぼろ昆布 …………… 適量
 (分量外)
 白板昆布、塩

●作り方●

1. 鰯はうろこをばら引きし、内臓を取り除き、水洗いする。五枚おろしにし、腹骨をすき取り、皮を引く。抜き板に塩をふり、軽く湿らせた半紙をおき、鰯の皮目を下にしておく。半紙を上からかぶせ、霧吹きで水を吹き、さらに上から塩をふり 30 分おく。
2. 水気をふき取った鰯の身を適当な大きさに切り、表面をぬれ布巾でふいた白板昆布に挟み、冷蔵庫に一晩入れて昆布じめする。
3. 鍋に煎り酒の酒、水、梅干し、爪昆布を合わせ、弱火で煮る。半量になるまで煮詰め、煎り米、削り鰹を加えて火を止め、そのまま 5~6 時間おく。ネル地で漉し、薄口醤油を加えて冷ます。
4. 甘酢を鍋に入れて火にかける。砂糖が溶ければ冷ます。
5. 花茗荷は縦に 5mm 幅に切って熱湯でゆで、ざるに上げて塩を振り、冷まして甘酢につける。浜防風は軸を少し切り、塩ゆでして冷水に落とし、水気をきって 3cm 長さに切る。水前寺海苔は 5~6 時間水につけて戻し、さっとゆでて冷水に落とし、水気をきって適当な大きさに切る。山葵は下処理して、すりおろす。
6. 切り分けた鰯、茗荷、浜防風、水前寺海苔を器に盛り付ける。周りから煎り酒をかけ、上におろし山葵、おぼろ昆布をのせる。