

大阪の鯨ハリハリ鍋



材料

赤身肉	200g
か鹿の子	70g (お好みで)
水菜	1/4株
豆腐	1丁
片栗粉	大さじ2

A

鰹だし	500cc
醤油	大さじ2〜3
みりん	大さじ2
酒	大さじ2
塩	少々
生姜	10g (すりおろし)
鷹の爪	1本

作り方

- ① クジラ赤身はひと口大(5mm)に切り、片栗粉をまぶしつけ、湯通し、冷たい水にとる。
- ② 水菜はよく洗い、3cmに切り、豆腐も好みの大きさに切る。
- ③ 大鍋にAを入れ煮立て、①と②を入れる。水菜がしんなりしたら、スープと一緒に小鉢に取り分け、スープと一緒に食べる。
- ④ 薄く切ったクジラ鹿の子は煮立っているところにつけ、シャブシャブとしてあまり火を通さないで頂く。お好みで粗挽き黒胡椒をふっても美味しい。

アドバイス

お好みでキノコなどを加えてもおいしくいただくことができます。

京風 くじらパテ



材料

赤身肉	100g
たまねぎ	90g
赤ワイン	50cc
しば漬け	35g
発酵バター	30g
生クリーム	大さじ1〜2
きび糖	小さじ1
にんにく	2g
塩・粗びき黒胡椒	適宜
ローリエ	1枚
下準備用牛乳	適宜

作り方

- ① 鯨肉は牛乳に浸しておく
- ② にんにくと玉ねぎはみじん切りにする
- ③ ①の肉をペーパーでふき取り、塩をしてサイコロ状に切る
- ④ バターににんにくを加えて火にかけ、香りが出たら玉ねぎも加えて、焦げないようにきつね色になるまで炒める
- ⑤ ③の肉を加えて色が変わったら赤ワイン、きび糖、ローリエを加えて煮る
- ⑥ 刻んだしば漬けと生クリームを合わせてひと煮たちさせる
- ⑦ 塩と粗びき黒胡椒で味を調える
- ⑧ フードプロセッサーでなめらかに仕上げる