

ウナギのかば焼きレシピ 周鮮魚賄い風 20130814

Shuzou Arakaki <http://syuzou.awk.jp/> Tel 090-1944-8672

1 今回の仕入れ食材

富士香特上ウナギ無頭タレグレース処理急速冷凍 1尾 400g 製品

です価格 1尾 時価変動あり xxxxx 円 (通常の2尾分の大きさ)



2 こだわりレシピ

① ウナギのたれの調合 醤油 1 : みりん 1 : 砂糖又は他の調味料 1

カップに対して大サジ山盛り 2杯

・みりんを強火で煮詰めて酒気を飛ばします→そこに濃い口醤油を追加します→煮立ってきたら砂糖を大サジ山盛り 2杯を添加して煮詰めます→15分ほど焦げ付かない程度に煮

詰めます（粘調度は市販のはちみつ程度）

② ウナギのグレース除去

・グレース除去は基本日本酒で洗うのが基本です：今回は水道水にブラシを使ってきれいに除去しました



③ 調理

ウナギがでかいので3センチ幅でカットしました



フライパンにみりん又は日本酒を50cc入れて蒸し焼き
最初に皮面を焼き煮込みます強火3分の焦げ付かない程度



準備調合しておいた特性タレをスプーンでまんべんなくかけていきます



たっぷり浸るまで添加します：火力は弱火の状態

閉じ蓋をして1分蒸し込みます



ウナギを返して煮込みます→すぐに閉じ蓋



ウナギを返して煮込みます→すぐに閉じ蓋



蓋をして蒸し上げます数分の弱火

蒸している間に金糸卵を作ります卵2個に深層水 Gm0 0.3 添加で軽く攪拌



金糸卵は古いフライパンを使用して、くっつくように薄く焼きます：深層水添加なので焼きあがると焦げ付かないで取り出せます

取り出した卵焼きは包丁でたたくように細長くカットします

焼き上げた金糸卵は極上小粒米ご飯にまんべんなく敷き詰めます



盛り付けの最中に、ウナギを香ばしく温めなおします

盛り付け前に皮側を再度強火で加熱します：軽く焦げ付く程度：蓋は無い状態で燻煮の要領で香りをしみこませます

竹串に刺して炭火焼するのが本来の方法です=空間がウナギの香ばしさが広がるので最もお勧め



ご飯に金糸卵を盛り付けた重箱に敷き詰めます



刻みのりやカイワレで飾り付けします



香りが調和し、ご飯にしみこむように重箱の蓋をして食卓に配膳します



香辛料や彩葉はお好みに応じて、海苔は風味が引き立つアイテム
山椒はウナギの風味を煌めかせるアイテムをお忘れなく
今回のリサーチ記録：
シンプルイズ Best