

諸塚素材と蕎麦米の食べるたれみそスープ		考案者	かみたり 神足 しゅんいちろう 俊一郎氏
		ジャンル	和
材料 (4人分)	材料価格合計 1,200 円 ※4人分 総額2,000円以内	作り方	調理所要時間 1 時間 分 ※2時間以内。但し、乾物の戻し時間は除く
材料<規格・姿> 数量 単位	材料<規格・姿> 数量 単位	◇スープ	
諸塚合わせみそ 130 g	片栗粉 2 g	① 乾燥椎茸、鰹節、昆布を水で戻しておく（前日から）	
乾燥椎茸 40 g	三つ葉 適量	② 乾燥竹の子 乾燥きくらげを水で戻して（前日から）千切りにす	
乾燥竹の子 3 g	小麦粉 5 g	③ ①の戻し汁を火にかけ灰汁をとる。	
乾燥きくらげ 2 g		④ 蕎麦の実を水から25分ボイルし水でさらしてザルに揚げる。	
鰹節 5 g		⑤ ③で取った出汁500ccと味噌を溶いてサラシで濾す。	
昆布 2 g		⑥ 鹿肉と猪肉をミンチにして濾し終わった味噌10gと小麦粉5gをよく混ぜる	
蕎麦の実 80 g		⑦ ヘタを取った戻し椎茸⑥を詰めて片栗粉をまぶす。	
砂糖 3 g		⑧ ②と⑦を出し汁700ccで煮る。	
猪肉 20 g		⑨ ⑧に濾した味噌スープを合わせ薄口醤油、本膳醤油・砂糖で味を加え味を調える。	
鹿肉 20 g		⑩ 最後に生姜の千切り、蕎麦の実を加えとろ火で5分煮る。	
みりん 20 cc		⑪ 器に盛り付け、柚子皮 三つ葉を散らして完成。	
薄口しょうゆ 5 cc			
本膳醤油 5 cc			
しょうが 3 g			
柚子皮 2 g			
乾物で戻して取った出汁 1200cc			
アレンジ例 コツなど	お味噌を濾すことによってお吸い物のような味噌スープに仕上げました。		
アピール ポイント	諸塚村でとれる食材を蕎麦屋の技法で仕上げ、蕎麦の実を使いお腹にも健康にもよいスープに仕上げました。		

完成写真

