



魚うどん



戦時中、主食が不足していた頃、代用食として魚で工夫してうどんを作っていました。

戦後、平和の中ですっかり忘れられていた懐かしい味を再現してみたところ、お年寄りにも若い人にも大変好評です。

行事がある毎にたくさんの人に親しんでもらっています。

■材料■(4人前)

- とび魚(すり身) 400g
- 卵 1ヶ
- かたくり粉 カップ1/2
- 塩 大さじ2 1/2
- 薄口醤油 大さじ 2
- みりん 大さじ1 1/2
- きざみネギ 少々
- 柚、しょうが 少々

■作り方■

- 1、 とび魚を三枚におろし 血合を取り除いておく
※今回は、すり身を準備します。
- 2、 すり鉢 又は、フードプロセッサーで、すり身にする
- 3、 すり身に卵を加えよくすり合わせる。
- 4、 3.に1. 5倍の水ときしたかたくり粉を
少しずつ加えよくすり合わせる。
- 5、 塩を加え更にすり合わせる。
※この時 頑張っすり合わせるとお湯の中に入れる時 千切れにくい
- 6、 熱湯の中にうどんつきで、つき出す
ゆあがったら 1度 水でさらす。
- 7、 とび魚の骨でだし汁を取り 薄口醤油・みりん
を入れて、味を調える
- 8、 うどんつゆに6.を入れ 良く煮込む
- 9、 薬味を添えて食す。