

◎◎ 昆布だしヴィシソワーズ ◎◎

レシピ提供：ばん くみこ先生

■材料（4人分）

ジャガイモ（メークイーン）	2個（300g）	牛乳	100ml
昆布	10g	生クリーム	50ml
水	500ml	塩・胡椒	適量
長ネギ	60g（白い部分1本分）	姫ネギ	適量
玉ネギ	50g（1/4個）		
バター	15g		
オリーブオイル	大さじ1		



ここがポイント！昆布だし



うまみたっぷりの昆布だしを作りたい場合は、昆布をひと晩ゆっくりつけておいてだしをとることがおすすめです。ひと晩つけると、昆布がひらいて美味しいだしがとれます。だしは冷蔵庫で2-3日もちますが、夏場は塩をひとつまみ入れていたみを防ぎましょう。下準備として、昆布は固く絞ったぬれ布巾などで表面のほこりや汚れを落とします。白い粉はうまみ成分のマンニットなので、水で洗い流さないでください。しっかり乾燥していて肉厚で香りが良い昆布を選び、水に対して2%の昆布でだしをとってください。

- 1 昆布を水に30分以上ひたしてから中火にかけ、沸騰直前に昆布をとりだす。
- 2 ジャガイモ・玉ネギは薄切り、長ネギは小口切りにしておく。
- 3 鍋にバターとオリーブオイル熱し、長ネギと玉ねぎと塩ひとつまみを入れて弱火でじっくり炒める。
- 4 香りがでてきたら、ジャガイモを加えて炒める。ジャガイモが透き通ってきたら1の昆布だしを400cc加えてジャガイモが軟らかくなるまで煮る。
- 5 4をミキサーにかけてなめらかにし、塩・胡椒で味を整える。あら熱を取り冷蔵庫で冷やす。
- 6 牛乳・生クリームを加え、塩・胡椒で味を整える。
- 7 器にそそぎ、姫ネギを飾る。

ばん くみこ先生のコメント☆

本来ヴィシソワーズは、ポロネギとジャガイモを炒めてブイヨンで煮て、裏漉した後に生クリームでのばして作る冷たいスープです。今回は骨付き肉と野菜でじっくり煮込んだブイヨンの代わりに、日本人が昔から使っている昆布だしを使ってみました。昆布だしはジャガイモなどのでんぷん質のものとても相性がいいです。今年の夏も暑そうなので、食欲がない時のプリモピアットにいかがでしょうか？

