

大分のお宝食材×「アニス」清水将シェフ

「乾(ほし)しいたけ」レシピ2種

■乾しいたけの下準備

乾しいたけを水に浸けて冷蔵庫で8時間置く。低温で戻すとうま味成分が多く出る。早く戻したい場合は、ぬるま湯に入れてラップし、電子レンジで2分間加熱する。

■香菇（こうこ）のバターステーキ

<材料>

香菇（こうこ）……1個
E. V. オリーブ油……適量
バター……20g
塩……適量

【ソース】

カシューナッツ……50g
生クリーム……大さじ2
塩……適量
コショウ……適量

【付け合わせ】

冬菇（どんこ）……1個
あんぼ柿……1個
干し芋（スライス）……1枚
※フリットの衣
小麦粉……30g
コーンスターチ……30g
ベーキングパウダー……10g
水（または湯）……適量

【作り方】

- (1) ソースを作る。カシューナッツとひたひたの水を鍋に入れ、柔らかくなるまで煮る。ミキサーにかけて生クリームを加え塩、コショウで味を調える。
- (2) 付け合わせを作る。干し芋を140℃のオーブンに入れ、1時間乾燥させる。
- (3) あんぽ柿の中に戻した冬菇（どんこ）を入れ、衣を付けて180℃の油で約2分揚げる。
- (4) ステーキを焼く。フライパンにE.V.オリーブ油をひき、半分に切った香菇（こうこ）を中火で焼く。バターを加えて全体に焼き色が付いたら塩で味を調える。焼き色が均等になるように返しながらか7～8分間焼き、1、2、3とともに皿に盛る。

■ロニョンのソテーと香信（こうしん）のヴルーテ

<材料>

ロニヨン……150g

【ヴルーテ】

香信（こうしん）……6個

エシャロット……1個

バター……20g

海老だし※……100ml

塩、コショウ……各適量

レモン汁……2～3滴

※オマール海老の殻200gを鍋に入れ、浸るくらいの水と香味野菜を入れて3時間茹でて濾す。

【付け合わせ】

ごはん……60g

水……100ml

白バルサミコ酢……10ml

砂糖……40g

塩……適量（ひとつまみ程度）

わさび菜……適量

【作り方】

- (1) ヴルーテを作る。フライパンを熱してエシャロットをバターで炒め、香りが立ったらスライスした香信(こうしん)と海老だしを加え5分間炒め煮にする。ミキサーに移して、なめらかになるまで回して塩、コショウ、レモン汁で味を調える。
- (2) 付け合わせを作る。ごはんと水を鍋に入れて弱火で柔らかくなるまで煮る(約5分が目安)。白バルサミコ酢と砂糖、塩で味を調えて、スプーンで天板に丸く塗り、160℃のオーブンで15分焼く。
- (3) ロニオンは周りの脂を外し、筋や脂を取り除いて塩、コショウを振る。周りの脂の部分も同様に、筋などを取り除き、綿棒で広げて叩いて平らにし、塩、コショウを振る。
- (4) 脂でロニオンを再び包んでタコ糸で縛り、フライパンにE.V.オリーブ油をひいて弱火で20分焼く。しばらく休ませてから(1)、(2)とともに皿に盛る。

■乾しいたけの豆知識

～傘の開き具合で3タイプに分けられる～

乾しいたけは、成長過程で分類される。最も早く収穫される「どんこ」は小さいが傘の巻き込みが深く肉厚。収穫期が遅くなるにつれて「こうこ」「こうしん」と傘が大きく、薄くなる。