

## 【新橋お多幸 おでん】

一人当たり分量は、小学3、4年生の提供量

材料	分量（4人分）
〈混合だし〉	
水	320g
だし昆布	2g
削り節(だし)	8g
〈おでん用調味料〉	
醤油(50%減塩)	大さじ2
三温糖	大さじ1.5
酒	小さじ3.5
〈おでん種3種〉	
ゆで卵	4個
大根（5センチ厚、半月切り）	240g
がんもどき（小）	4個
〈鶏団子〉	
鶏ひき肉	120g
水	大さじ1強
醤油	少々(0.7g)
酒	少々(0.7g)
しょうが汁	少々(0.7g)
粉さんしょう	少々(0.05g)
片栗粉	小さじ4
鶏団子のゆで汁	大さじ4.5



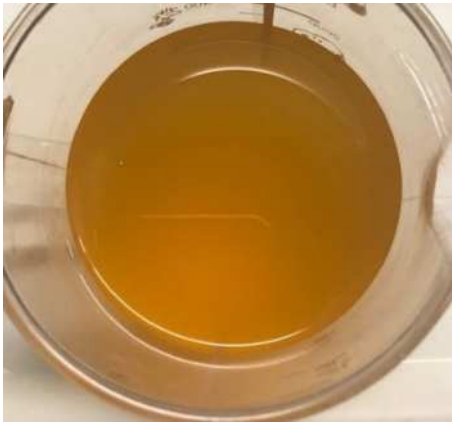
学校で提供した  
新橋お多幸 おでん

【参考】作りやすいおでん出汁の分量	
混合だし	1,000ml
醤油(50%減塩)	大さじ10
三温糖	大さじ4
酒	大さじ3
鶏だし（鶏団子の煮汁）	330ml

おでんのだし汁は、多めに用意します。  
ご家庭で作るときは、この配合を参考にご利用ください。

## 【作り方】

- ①だし昆布と削り節で混合だしを取る。【写真A】
- ②大根は5センチメートルの厚さに切り、厚めに皮をむく。米のとぎ汁で大根を柔らかく茹で、冷水に取り洗う。【写真B】
- ③分量外の酢と塩を入れた水で、ゆで卵を作る。沸騰後15分茹で、冷たくなるまで冷ましてから殻をむく。
- ④鶏ひき肉に、水、醤油、塩、しょうが汁、粉さんしょう、片栗粉を加えて練り、4等分に丸めて茹でる。ゆで汁は取っておく。【写真C】
- ⑤②、③、④及びがんもどきを鍋に入れ【写真D】、①、④のゆで汁、減塩醤油、三温糖、酒を入れて煮る。途中、煮詰まったら混合だしを加える。【写真E】



【写真A】混合だし

水にだし昆布を入れて火にかけて、沸騰直前に取り出す。次に削り節を加え、ひと煮立ちしたら火を止め、こす(混合だし)。



【写真B】大根の湯留め

大根をゆで汁の中に30分程度置くと(湯留め)中心まで透き通り、味が染み込みやすい。



【写真C】鶏だし

鶏団子のゆで汁を、こしたものを。鶏団子をゆでるときに出るアクをこまめに取ると、澄んだだし汁になる。



【写真D】鍋に、おでん種、混合だし、鶏だし、調味料を加えて火にかける。沸騰したら、フツフツ沸く程度の火加減で1時間煮る。煮詰まったら、途中で混合だしを加える。(鶏だしでもよい。)



【写真E】具材の中心までだし汁が染み込んだ、おでんの完成。