

生コンニャク

材料

玉こんにゃく 1kg 洗って赤い芽を取り除く

消石灰ソーダ(水酸化カルシウム) 大さじ5 (50g)

カップ2杯の湯で溶かしておく

消石灰ソーダは苛性ソーダの石鹼分を取り除いたもの。薬局で問合せ下さい。

ぬるま湯(または水) 6ℓ

作り方

- 1 分量の水の中に玉こんにゃくをすりおろす。(写真1)
かためのおかゆくらいのかたさにします。混ぜつづけないと固まってしまうのでこんにゃくになりません。
- 2 鍋をとろ火にかけこんにゃくの色が変わるまで約20分練る。(写真2)
よくかき回しながら煮ないと口に入れた時によごい(ヒリヒリする)です。
- 3 よく煮えたら、2カップの湯でとかしておいたソーダを入れて、よく混ぜる。形を整えて人肌くらいまで冷ます。(写真3、4、5)
- 4 適当な大きさに切り、沸騰した湯で30分くらいゆでる。(写真6、7) 急ぐときは、3の時に鍋のすみから水を注ぎ入れ、しゃもじで浮かして十字に切ってゆでるとよいです。
- 5 お好みのタレをかけて召し上がれ。
玉こんにゃくは赤い芽を取ることで、色が紫赤色からねずみ色に変わるまで煮ること。これらをしないと口の中でヒリヒリします!泡立て器を使って混ぜるとよいです。ソーダを入れたらアク抜きのためによくゆでましょう。



このタレは梅味噌ドレッシングです。

こちらは玉こんにゃくから作るやり方です。こんにゃくも鮮度がいのち?と 思ってしまうほどぶるぶるとして います。市販のものとは柔らかさが 違います!



玉こんにゃくとソーダ