

葱焼海參 ～葱の旨味と香りを加えたナマコの醤油煮込み～

<材料>		【調味料A】	【調味料B】	【調味料C】
海參	4本	白湯	葱油(白絞油)	白湯
葱	1/2本	陳年老抽王	八角	酒
芥蘭	1/4束	蠔油(李錦記)	香菜(ローリエ)	陳年老抽王
		砂糖		蠔油(李錦記)
				砂糖
				葱油
				鶏油
				胡椒

<作り方>

- ① 北海ナマコを少し硬めに戻し、【調味料A】でおすすめのタレを作り、ナマコを半日漬けておく。
- ② 【調味料B】の白絞油で葱油を作り、冷まして八角とローリエを加え、タレからあげたナマコを漬けておく。
- ③ 葱は3cm幅にカットし、油できつね色に揚げておく。
- ④ 【調味料C】を鍋にあわせ、(②)のナマコを加え、煮る。
- ⑤ 煮詰まってきたら、(③)の葱を加えさらに煮詰め、お皿に盛り、ボイルしたブロッコリーを添える。