



たけのこの下ごしらえ



<用意するもの>

★米ぬか(たけのこ1kgに対して、1/2カップ程度)

★鷹の爪 1本

★たけのこがすっぽり入るお鍋

- ①根元の固い部分と穂先5cm程度を斜めに切り落とし、縦に少し(1/3程度)切込みを入れておく。
- ②米ぬか、たけのこ、たかのつめ、お水の順に鍋に入れる。1本でも数本でも完全にたけのこがお水に浸かるようにする。
(落とし蓋をするとよい。)
- ③鍋を強火にかけ、沸騰したら弱火にし、40分~1時間ほど茹でる。根本に竹串がスッと通れば茹で上がり。
- ④そのまま完全に冷めるまで置いておき、冷めたら皮をむく。

※保存するときは、たけのこが完全に水に浸る状態で蓋をして、冷蔵庫に保存すれば1週間程度は保存可能。(水替えは必要!)