

絶品！

黒枝豆の茹で方

【材料】 黒枝豆 300～350g
水 2L
塩 大さじ3～5

- ①黒枝豆をさやの状態にし、水洗いをする。
- ②さやの両端をハサミで少し切り落とす。
(塩味が中までしっかり染み込みます)
- ③適量の塩で塩揉みします。さや同士をこすり合わせるように揉んだら、水を入れてすすぎます。
(細かい汚れと青臭さを取るためです。)
- ④鍋にたっぷりの湯を沸かし、塩を多め
(2Lで大さじ3～5杯位)に入れて12分～15分くらい茹でます。
(終盤の熟成期は18分くらいになることも)
- ⑤さやの上から中の豆がうっすらと見えてきたら味見を始めます。ホクホクで少しねっとりとした食感が出てきたらOKです。
- ⑥火を止めて3～5分程放置すると蒸らしの状態になります。
ここで塩味の入り具合とねっとりとした食感が増します。



- ⑦鍋の湯気が少し収まってきたという
タイミングでザルに上げて完成です。