

黒部丸いもの『丸いもの蒲焼』



月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
使用 時期	貯蔵								貯蔵			

○特徴:黒部川扇状地の土壌と
水で育ったねばり

○主な産地:黒部市

☆材料(10貫分)

・丸いも	…30枚	・トッピング	わさび
・水	…5～10g		山椒
・海苔	…半海苔の半分		味噌
・油	…大さじ2		一味唐辛子

☆作り方

- ①丸いものの皮を剥き、すりおろす
- ②すりおろした丸いものに、水を少しずつまぜ、塩を混ぜる
- ③半海苔を縦半分に切る
- ④すりおろした丸いものを、海苔の上に均等に伸ばす
- ⑤フライパンに油を引き、先に海苔を上には焼く
- ⑥返して水を少し入れ、蒸し焼きにする
- ⑦焼き色がついたら、最後に醤油を回し入れ全体に馴染ませ、焦がし醤油の味をつける
- ⑧フライパンから取り出し、3等分など、1貫分の長さに切る
- ⑨握り、仕上げにトッピングを乗せて完成

