



北海道ねこんぶだし

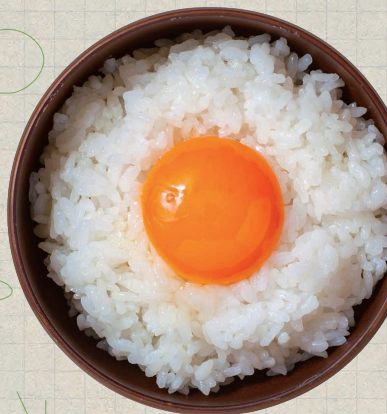
Recipe Book

ねこんぶだしで作る
オススメレシピをご紹介します！

Recipe 1.

たまごかけ ごはん

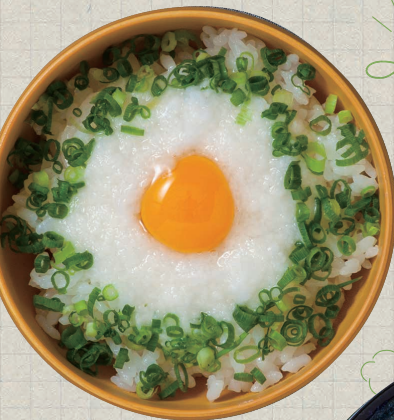
アツアツのご飯の上に
たまごをのせて
醤油の代わりに
ねこんぶだしをかけるだけ



Recipe 2.

とろろごはん

長いもをすりおろして
ねこんぶだしで味付けをし
ご飯の上にかけるだけ
お好みで小ねぎや
うずらの卵を加えても◎



Recipe 3.

こぶだし うどん

水350mlに
ねこんぶだし50mlを
加えるだけで
かけうどんのだしが完成
お好みの具と一緒に



Recipe 4.

こぶだしスープ

水300mlに
ねこんぶだし大さじ2を
加えて沸かし
卵、ねぎ、わかめなど
お好きな具材を入れて完成



Recipe 5.

鶏のから揚げ

BEST FOR BEER!



鶏もも肉..... 300g
 A ねこんぶだし... 大さじ3
 おろしにんにく... 適量
 おろししょうが... 適量
 片栗粉..... 適量

鶏肉をAで1時間ほど漬け込み
 味が染みたら
 片栗粉をまぶし油で揚げる
 2度揚げするとサクサクおいしい！



Recipe 6.

豚の生姜焼き

OKAZU



豚肉..... 300g
 A ねこんぶだし... 大さじ1
 本みりん..... 大さじ1
 おろししょうが... 適量
 おろしにんにく... 適量

豚肉をAで漬け込み
 味が染みたらフライパンで焼く
 醤油を使わない
 塩ベースのさっぱり味！

Recipe 7.

おでん

ベースのだし
 ねこんぶだし1: 水9
 +
 ●お好みの具材.....
 例: 大根(下ゆでする)、
 こんにゃく、ゆでたまご、
 はんぺん、ちくわ、
 ウインナー など

お好みの具材を
 ベースのだしに入れ煮込めば完成
 *煮込んだ後に味をみて、お好みの塩加減まで
 ねこんぶだしを加えて調整してください





Recipe 8.

豆乳鍋

ベースのだし
ねこんぶだし1:
無調整豆乳8:水2~3
+

●お好みの具材

例: 豚肉、白菜、水菜、
しめじ、しいたけ、
にんじん、豆腐、ねぎ など

お好みの具材をベースの
だしに入れ煮込んで完成
*カレー粉を大さじ1加えると
スパイシーに!

Recipe 9.

しじみ汁(3杯分)

A {
ねこんぶだし...大さじ3
水.....500ml
しじみ.....250g
味噌.....適量

Aに砂抜きをしたしじみを
加えて沸かし

味噌をといたらできあがり

*お好みで小ねぎやみつ葉を
散らしても◎



HOKA

HOKA



Recipe 10.

もやしナムル

A {
ねこんぶだし...大さじ2
ごま油.....大さじ2
豆板醤.....大さじ1
すりごま.....大さじ1
もやし.....1袋

Aを混ぜてナムルのたれを作り
軽く湯通ししたもやしと和えるだけ



Recipe 11.

浅漬け

{
お好みの
カット野菜.....80g
ねこんぶだし.....大さじ1

ポリ袋にお好みのカット野菜と
ねこんぶだしを入れてよく揉み
一晩置くだけ

*漬け上がった液体を切って
保存してください

