

出町ふじや流・塩昆布の炊き方 フランス語版



Ingrédients

Konbu (de haute qualité en petits carrés) 200g
Sauce soja (Sauce noire) 300ml
Sake (Nihonshyu et non le sake pour cuisiner.
Vous pouvez aussi utiliser de l'eau) 300ml
Mirin 300ml (Takara mirin ou manjyo mirin)
Petites sardines (kaeriyako) 60g



Mettre tous les ingrédients dans une marmite à conservation de chaleur (marmite en terre, marmite Le Creuset...) et laisser reposer pendant une heure. Puis placer la marmite sur un support afin qu'elle soit légèrement surélevée (cf. photo ci-contre) et faites cuire à feu vif jusqu'à ébullition.



Baisser le feu au minimum, mettre le couvercle sur la marmite et laisser reposer ainsi pendant 3 heures. Durant cette période, ne jamais ouvrir le couvercle sauf pour mélanger le contenu de la marmite entre 1 et 2 fois (de façon à inverser à chaque fois le haut et le bas du contenu).



Après ces 3 heures, éteindre le feu, mélanger encore une fois puis placer un torchon entre la marmite et le couvercle (cf. photo ci-contre) et laisser reposer pendant 8 heures. Le torchon va aspirer la condensation inutile qui reste dans la marmite pendant que le konbu va gonfler en aspirant le jus du mélange. Ensuite, transvaser le contenu de la marmite dans une boîte à conservation que vous mettrez au frigo.

京都市上京区柝形通り寺町東入三栄町 63



有限会社 ふじや鯉節店

電話 075-231-1283 FAX 075-231-1309