

富士煎茶むすび カリッ茶

(静岡県富士市)

富士市産の挽き煎茶を混ぜた塩むすびに、油あげとしらす干しをカリカリに乾煎りし、醤油で味付けし、振りかける。

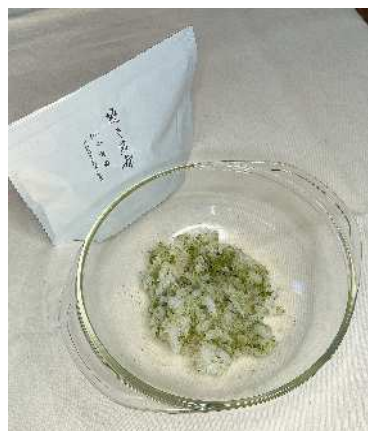
見た目で富士山を表現。
色、食感、香りを楽しんでいただきながら、富士市の食材を知るきっかけに。



レシピ

【材料（1個分）】

- ・白米：70 g
- ・挽き煎茶（粉末茶）：0.8 g
- ・油あげ：1/8 枚
- ・しらす干し：1 g（15-17尾程度）
- ・塩：ひとつまみ
- ・醤油：0.25 ml



① まぜる

全体がうっすら緑色になるまで煎茶をまぶして混ぜ、おむすびの形ににぎる。
両面に軽く塩をふって塩味の煎茶むすびを作る。



② 乾煎り

油あげをみじん切りにし、しらす干しと一緒にフライパンを揺らしながら約3分乾煎りし、油あげがスプーンで押してカリッとする状態になったら火を止める。



③ 味付け

醤油をひとまわし加え、全体になじむようにフライパンを揺らして味をつける。



④ まぶす

③の味付けした具を、①のおむすびのてっぺんとなる角に押しつけてくっつける。
※くっつきにくいので、必要であれば具も一緒に軽く再度にぎり直す。



⑤ 完成

お皿におむすびを置き、上から具をさらに重ねて盛りつけて完成。

食材紹介



挽き煎茶（粉末茶）：株式会社小林園

小林園の質の高い煎茶をあえて粉末にしたものを使用しています。色鮮やかな緑色に加え、しっかりとした茶の香りとはほどよい苦みが感じられます。お茶の栄養をまるごと取り入れられ、飲むだけでなく食べて楽しめるのも魅力です。

油あげ：町田食品株式会社

江戸時代後期の創業より、大豆加工食品の製造に励んできた町田食品の油揚げを使用しています。乾煎りすることで水分、余分な油が抜け、大豆たんぱく質が加熱により表面がカリットとなるので、食感のアクセントになります。

しらす干し：株式会社八幡

八幡で販売している田子の浦港産のしらす干しは、鮮度が良いため臭みがなく、ほどよい塩味が特徴です。カルシウムをまるごと摂ることができ、乾煎りするとカリッとした食感が生まれるしらす干しは、料理のアクセントになります。

※調味料 醤油：本多醸造所

富士山の湧き水を使い作られた本多醸造所の醤油を使用しています。厳選した大豆、小麦、塩を用い熟成に長い期間をかけて醸しだしているので、ふくよかな香、奥深い味がカリッと乾煎りした油あげとしらす干しを引き立てています。