



館山クッキング大使 川上文代の 地産地消レシピ

川上先生ブログ <http://ameblo.jp/fumiyokawakami>



No.98 塩ゆで落花生「おおまさり」

材料

- ◆殻付き生落花生（おおまさり） 500g
- ◆水 2リットル
- ◆塩 大さじ2



<作り方>

1. 落花生は、殻同士こすり洗いして、水の色が透明になるまで何度か洗う。
2. 鍋に水と塩を入れて沸かし、1を入れて約30分茹でる。
3. 殻をむいて食べてみて、硬ければ時間を追加して茹でる。
4. そのまま15分置いて、中まで塩味を沁み込ませてからざるにあける。

ワンポイントアドバイス



- ①掘り立ての落花生は、柔らかいものの、時間の経過とともに硬くなるので、ゆで時間は目安となります。
- ②スーパーで売られているものは、殻をもいで洗ってあるものが多いですが、掘り立ての枝付きの場合は落花生をもいで、白くなるまでよく水洗いします。土が落ちない場合は、たわしで洗います。洗い方が足りないと、ゆでている落花生や水が濁って土臭くなります。

