



にこごり風ミルク寄せ

作り方

- 1 牛乳を沸騰させ、火を止めて酢を加える。濾して、少し水分が残ったカッターチーズとホエー(400ml)に分ける。
- 2 カッターチーズにくず粉とレンジに3分かけた長いも、塩少々を加えて、裏ごししてから中火にかけながらもったりしてくるまで練る。
- 3 2をラップに一口大に包み、粗熱をとって冷やす。
- 4 玉ねぎはみじん切りにし、水にさらし、布巾で包んで水洗いをする。
青じそは千切り、みょうがは小口切りにし、さっと水に浸けてから水気をきる。
ミニトマトは湯むきして4つ切り、さやいんげんは下ゆでして小口切りにする。
- 5 ホエー(400ml)を沸騰させてかつお節を加え、だしをとる。しょうゆ、みりん、寒天を加えて沸騰させる。
- 6 5に4を加え、3を崩れないように加える。
- 7 型に流し入れて冷やす。

名取 裕子さん

調理時間 60分

材料(4人分)

牛乳	600ml
酢	大さじ1・1/2~2
くず粉	40g
長いも	150g
塩	少々
玉ねぎ(小)	1/3個
青じそ	4枚
みょうが	1~2個
ミニトマト	5個
さやいんげん	30g
ホエー	400ml
かつお節	15g
しょうゆ	大さじ2
みりん	小さじ2
寒天	2g



- カッターチーズをくず粉で固め、ホエーは寒天で固め、牛乳を丸ごと使った。