

私もきっと、いつかは
ステキな花嫁…♡



勝手に / 花嫁修業中 Vol.8

今月の修行
美味しい
お味噌汁を
つくる。

彼に結婚を意識させたいあなたや、予定はないけどいつか花嫁を夢見ているあなた…
結婚前の全女子へ贈りたい花嫁へ近づくための第一歩、それこそがこの花嫁修業中なのです!

STEP 1

もちろん『だし』からとる! 美味しいお味噌汁を作る女になる。

ほっとする日本の家庭の味、と言えばお味噌汁。
それぞれの家にそれぞれの味があり、味噌や具材に好みも分かれます。
まずはきちんと『だし』から用意、定番の「とうふとわかめのお味噌汁」の
作り方をマスターしたいですね。

今月の先生

とうふ・郷土料理
鈴の家
女将 松岡靖子さん
日本料理 江戸懐石・近
茶流教授である松岡先
生。手際よく、家庭でもお
もてなし料理ができるよう
分かりやすく指導してく
れる。料理教室実施中。



熊本中央区安政町5-3
琉球屋ビル2階
TEL 096-324-5717
http://www.tofu-suzunoya.com/

Men's Voice



既婚者 M.Fさん

朝、食卓に並ぶ温かいお味噌汁と炊きたてのご飯。ご飯党の私にとっては幸せを感じる瞬間ですね。

完成 FINISH



男心をつかむワザ

だしをギュッとしぼる。

だしをこす際のキッチンペーパーを折り畳んで、だしをしぼりだすのがコツ。残っただしとこんぶは捨てるに、甘辛く煮込んでつくだになどにしましょう。

2 TWO



わかめを水洗い5分くらい水につけておく。沸騰したお湯にパッと30秒。色がキレイになるまでしぼらえ。

1 ONE



にぼしの頭とワタをとる。苦みを取り除くことがポイント。こんぶと共に鍋に移し、水を入れ強火で6~7分ほど沸騰。

5 FIVE



豆腐を先に、その後わかめを入れ一煮立ちしたら火を止める。

4 FOUR



だしを一度強火で熱し味噌を溶かし入れる。泡立ても使っていい。

3 THREE



ざるの上にキッチンペーパーを敷き、沸騰した1のだしをこす。キレイな濁りの無いだしができる。

用意するもの

- ・水 3カップ
- ・にぼし 30g
- ・こんぶ 10cmくらい2枚
- ・味噌 ・豆腐
- ・わかめ ・ねぎ

Q. 具を先に入れて、お味噌は最後かと思っていました。味噌が早いかどうかは具材の固さによって、と思ってもらっていいです。じゃがいもなどは固いので先に入味味噌は後に入れます。

Q. にぼしだけではなく、こんぶも使うんですね。今回はにぼしとこんぶを使いました。にぼしだけでもだしはとれますが、こんぶはミネラル分豊富で旨味がプラスされます。

Q. だしからとるのが大事ですよね。そうですね。そこは健康を考えたほうがいいです。本物の味を知るにはひと手間かけてほしいですね。基本は『だし』です。

Q. 絹ともめん豆腐はどちらでもいいんですか? どちらも、お好みでいいですよ。

Q. お味噌は何か適しているんですか。好みですが、お味噌汁は赤か合わせ(味噌)が合いますね。

【松岡先生による料理教室(月1回)】

先生から5品程度の献立を直接指導してもらえます教室です。お米の研ぎ方から、おだしの取り方、盛りつけ方まで日本料理の基本を勉強できます。

- 新町教室 初級・中級コース 毎週火・土曜 10:30~
 - 鈴の家教室 初級・中級コース 毎週月曜 15:00~ / 18:30~
- 男の料理コース、おもてなしコースも有り。 問)096-324-5717

STEP 2

先生から教えてもらった 知っておきたい お味噌汁あれこれ。

東京では習うの待ち状態という「江戸懐石 近茶流」の料理教室。その教授の免許を持つ松岡先生にいろいろ聞いてみました。



今月の花嫁修業
どうでしたか?

抽選で5名様に…
商品券(1,000円分)をプレゼント!
アンケートに答えて
プレゼントGET!

この「花嫁修業中」について、ご意見・ご感想をお聞かせください。早速、右のQRコードからGO!
11月号の当選者はS・Mさん、M・Kさん、他3名です。
プレゼントはお送りしております。ご応募ありがとうございました。

応募締切
1月24日



来月の
修行は… コーヒーの淹れ方