

酸味とうま味の相乗効果で爽やか!

昆布×トマト水だし

トマトの酸味がほどよい
アクセントになるうま味だし

トマトにはうま味成分のひとつ「グルタミン酸」がたっぷりだから、だしにピッタリ。昆布と一緒に水に浸けると、ほどよい酸味を感じられるうま味だしの出来上がりです。その酸味を活かしてドレッシングにしたり、パスタソースに入れたりして活用しましょう!

材料

水…750ml
昆布…18g トマト…半分

赤くなると思いきや
透明度が高いため
用途も広がる

水を入れたらフタを閉めて
冷蔵庫で一晩おく

ポットに
昆布とトマトを入れる

トマトのヘタを取り
ザク切りにしておく



水がトマトに直接
かからないように

水が直接トマトにかからないよう、昆布で作った壁の外側から水を注ぐ。フタを閉めたら冷蔵庫で一晩おく



普通の水出しと
作り方は同じ

ポットに昆布を入れて壁を作ってから、壁の内側にトマトを入れていく



水に浸かる面積が
多くなるようにカット

トマトのヘタを取り、水に浸かる面積が多くなるようにざく切りにする。水分が出るのでみじん切りはNG!

使い方

明太子ソース

明太子1腹をほくしてマヨネーズを大さじ3混ぜ、水だしを大さじ1入れてのばす。パスタや豆腐にかけて。

ドレッシング

オリーブオイル大さじ3に、酢と水だしを大さじ1ずつ入れて、砂糖や塩・コショウ、乾燥パジルで味を調える。

