

合わせ調味料

調理の基本“合わせ調味料”の1人分の分量です。

大まかな配合を知って、あとは好みの味付けを探してみてください☆

【合わせ酢】

●二杯酢●

酢……………大さじ1
醤油……………大さじ1/3

●甘酢●

酢……………大さじ1
砂糖……………大さじ1
醤油……………1～2滴
塩……………少々

●三杯酢●

酢……………大さじ1
醤油……………小さじ1/2
だし汁……………大さじ1/2
砂糖……………小さじ1
塩……………少々

【合わせ味噌】

●酢みそ●

白みそ……………大さじ3
みりん……………大さじ1
砂糖……………大さじ1
酢……………大さじ3
だし汁……………大さじ2

●ごま味噌●

赤みそ……………大さじ3
ごま……………大さじ1
砂糖……………大さじ1
みりん……………大さじ1/2
だし汁……………大さじ3

●田楽みそ●

赤みそ……………大さじ3
砂糖……………大さじ1と1/2
みりん……………大さじ1
酒……………大さじ1
卵黄……………1/2個

全ての材料を鍋に入れ、
弱火でよく混ぜたらできあがり♪
茹でた大根や豆腐、焼きなすなどに
付けてみて☆

【定番ドレッシング】

●フレンチドレッシング●

サラダ油……………小さじ1
酢……………小さじ1
塩・こしょう……………少々

●中華ドレッシング●

サラダ油……………小さじ1
ごま油……………小さじ1/2
醤油……………小さじ1/2
酢……………小さじ1/2
塩・こしょう……………少々
おろしにんにく……………少々
砂糖、ラー油……………お好みで