

## 18. まつたけごはん

置賜地方

材料	(5人分)
米	3.5カップ
もち米	1/2カップ
まつたけ	200g
醤油	大さじ4
酒	大さじ2

### 用具

- 炊飯器
- ボール

### 作り方

- 米は洗っておく。  
まつたけは石づきを削って洗い、2~3cm長さの薄い短冊切りにする。  
まつたけをボールにとり、分量の調味料をふりかけて、味をしみ込ませておく。  
炊飯器に米をとり、1割増の水加減から大さじ4(醤油と酒の分量の水)を減らして火にかける。  
煮立ってきたら、まつたけを汁ごと加える。  
炊きあがったら蒸らし、よくかき混ぜる。

### ポイント

- まつたけを最初から入れると香りがなくなるので、途中で入れること。

### メモ

まつたけはきのこのなかまで、最も強烈で特徴のある香りを持っている。それだけにこの香りを生かす調理法を選ぶことが大切である。

それには、あまり香りの強い食品と組み合わせないこと。

加熱する時は香りの逃げないような工夫を要する。例えば土瓶蒸しやホイルを使う包み焼きなどもその例である。また香りと共にうまみもあるので、この香りとうまみを生かす方法として、水で濡らした日本紙にまつたけを包み、熱い灰に埋めて蒸し焼きにする方法もある。いずれも熱いうちに好みの調味料をつけて食べた方が美味しい。

(高畠町 なかよし会)

星沢 澄子