

# だしの取り方（昆布と、かつおぶし）

200  
ccの場合

- ・大きめの切身大に切った昆布 1枚
- ・かつおぶし 6g
- ・水 200cc

1000  
ccの場合

- ・昆布 10cm角1枚
- ・かつおぶし 20〜30g
- ・水 1000cc



昆布を水に30分以上ひたしておいたものを中火にかけ、沸騰直前に昆布を取り出し、かつおぶしを入れてひと煮立ちしたら火を止めます。かつおぶしが沈んだら、濾してできあがり。煮物や鍋に使うときは、少し多めに取っておくと便利です。（だしは味をみながら取ることをおすすめします。）