

## しいたけレシピ



今夜の晩御飯に。  
美味しいレシピを紹介しています。



しいたけ丼

干しいたけならではの  
奥行きのある旨味を堪能。



しいたけのすり身揚げ

歯ごたえのあるしいたけ  
に、つめたすり身が絶妙！



しいたけ団子のみぞれ汁

さっぱりとした味わいの  
みぞれにエビやレンコン  
との旨味が美味しい。



しいたけのかき揚げ

しいたけそのものの  
旨味を味わって。納豆  
と一緒に揚げた一品。

## お客様の声

横浜市/T.K様

干し野菜が体にとってもいいと聞いたので「どうせ食べるなら品質の良いものを」と思い「どんこ」を購入。ものすごく肉厚で旨みも濃厚なのに驚きました。戻し汁は、お味噌汁やスープの出し汁としても使えるので、食材としても無駄がないし大変重宝しています。我が家の台所のストック食材として、今は欠かせません！

東京都/T.T様

この度はお世話になりました。先日、贈答用に「どんこ」を送っていただいたT.Tと申します。実は先方から「立派な椎茸をありがとう」と、お礼の電話があったのですが、私も嬉しくなるほど絶賛され、思わずお伝えしたく手紙を書きました。私も自宅用に購入して食べてみました。「食感・旨味」が、今までの椎茸って何だったのか!？」と、ただ驚くばかり…。また是非とも利用したいと思います。宜しく願います。



大分県・竹田市

明治十年創業の椎茸問屋

株式会社 姫野一郎商店

〒878-0011 大分県竹田市大字会々2718  
TEL 0974-63-2853(代) FAX 0974-63-0528

<http://www.shiitake-himeno.co.jp>

姫野一郎商店

検索

## おいしい しいたけの 食べ方

ちょっとしたコツを  
覚えておくだけで、  
毎日の料理に欠かせない、  
優秀で便利な食材として  
日々活用できます。

戻し方・保存方法・レシピ

詳しくは、ホームページをご覧ください。

<http://www.shiitake-himeno.co.jp>

姫野一郎商店

検索

大分県・竹田市

明治十年創業の椎茸問屋

株式会社 姫野一郎商店



# 乾燥しいたけの戻し方 基本手順は3つだけ!

## 1 しいたけをサッと流水で水洗いし、容器に入れる



軽くゴミをとる程度にしいたけを流水で洗い、容器に入れます。

容器は密閉性の高いタッパーやファスナー付きの密封袋などがおすすめです。

## 2 しいたけがかぶるくらい、ひたひたに水を入れましょう。

point!

このとき、ぬるめの水はNG!  
約5℃くらいの冷たい水を入れてくださいね。



冷水で戻した場合は、吸収も良く、しいたけ特有のうまみ成分であるグアニル酸が沢山出てきます。グアニル酸は戻し始めて5時間前後で最大になります。

point!

水以外で戻せば  
ひと味違う料理の  
レパートリーに  
加えられます。



トマトジュースで戻せばイタリアン風、コンソメスープを使えば洋風にと、戻し方次第でいろいろなジャンルの料理に使えます。是非様々な戻し方を試してお楽しみ下さい。

## 3 しいたけの厚みに応じて6~12時間、冷蔵庫で置く

しいたけの種類にもよりますが、約6~12時間くらい冷蔵庫に入れ、じっくりと戻していきます。



例えば夕飯の支度の時に戻せば、翌朝には料理できる状態の、ベストなしいたけが完成します。

足の部分が柔くなれば水戻りは大丈夫です。



### しいたけの戻し時間の目安

冬菇(どんこ)・・・12時間くらい  
香菇(こうこ)・・・12時間くらい  
香信(こうしん)・・・6時間くらい



ふっくらと  
水分を含んだら  
戻し終了です

# 乾燥しいたけの保存方法

正しく保存すれば美味しさも長持ちします。

## 1 使用前のしいたけの保存方法



常温で保存できますが、高温多湿は大敵です。

袋を開封したしいたけは、吸湿しないように配慮し、開封後は乾燥材を入れるか、密閉容器に移し替えて冷暗所などで保存することをおすすめします。

また理想的な保存の温度は15℃くらい、湿度は40%くらいです。高温多湿になる梅雨・夏場は冷蔵庫にて保存してください。

## 2 戻した後のしいたけの保存方法



水で戻した後は、冷蔵庫で約1週間ほど保存が可能です。

水に浸けたままだと風味が落ちてしまい、渋みや苦みが出てしまうので注意してください。



使いきれなかったしいたけは、戻した状態のまま冷凍保存するのがおすすめ。凍らせることで旨味や甘みがさらに増します。

## 3 戻し汁の保存方法

しいたけの旨味が詰まった戻し汁は、ぜひ活用してください!



冷凍すると、必要な分量だけ利用できて便利です。



トレーに入れて  
冷凍庫へ。