

★ 手作りだしの作り方 ★

出来上がり3カップ=600ml分

水…4カップ=800ml

削り節…18g（出来上がり重量の3%）

👉 手作りだしで薄味習慣を実践！



①沸騰した湯に削り節を一度に加え、鍋の周囲が沸騰し始めたらすぐに火を止めてそのまま静かに1～2分おく。



②かつお節が鍋底に沈んだら、ざるやペーパータオルでこす。



③完成！