

# DASHI Pot だしポット

料理研究家 中山章子 監修

オリジナルレシピ

## 基本の使い方

1



本体にストレーナーをセットし、材料を入れます。材料が

水面から出ていると、焦げる場合がありますので、全て

水に浸してから加熱してください。

2

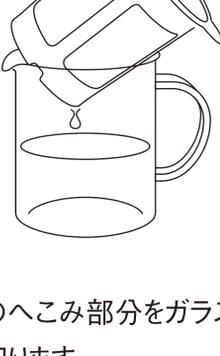


フタをしないで電子レンジで加熱します。レシピの加熱

時間は500Wでの目安時間です。調理の様子を見ながら

調節してください。

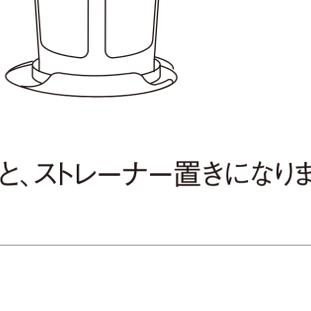
3



ストレーナーの底のへこみ部分をガラスの縁にひっか

けて、だしを落とし切ります。

4



フタを裏返すと、ストレーナー置きになります。

## 基本のだしレシピ

和風だし

- Japanese stock -



洋風だし

- Vegetable stock -



中華だし

- Chicken stock -



煎り酒

- Irizake -



## だしを使ったアレンジ料理レシピ

### 和風だし使用レシピ



茶碗蒸し



だし巻きたまご

### 洋風だし使用レシピ



クラムチャウダー



温野菜サラダ

### 中華だし使用レシピ



サンラータンスープ



中華風釜飯

### 煎り酒使用レシピ



カルパッチョ



鶏肉の紅茶煮



料理研究家 中山章子

メニューレシピ開発・スタイリング等フードコーディネート全般に携わるほか、中山章子お料理教室主催

# 和風だし

- Japanese stock -



濃いめの上品な和風だしが出来ます。  
茶碗蒸しやすまし汁、だし巻き卵などに。

## 材料

昆布	3枚 (5cm角)
かつお節	15g (3/2カップ)
水	600ml

## 作り方

- 1 本体にストレーナーをセットし、昆布と水を入れ30分～1時間置く。
- 2 1にかつお節を加え、電子レンジで8分加熱し、そのまま冷ます。冷めたらストレーナーを外す。

## 和風だしを使った アレンジ料理レシピ はこちら



茶碗蒸し



だし巻きたまご

[基本の使い方を見る](#)

[他のだしレシピを見る](#)

# 洋風だし

- Vegetable stock -



優しい味わいの野菜だしが出来ます。  
お好みでコンソメ顆粒小さじ1を加えると  
美味しい野菜スープになります。

## 材料

玉ねぎ	1/3 個
にんじん	1/3 本
セロリの葉	少々
ローリエ	2 枚
水	500ml

## 作り方

- 1 玉ねぎは皮付きのままくし型に切り、にんじんも皮付きのままピーラーでうす切りにし、セロリの葉、ローリエとともにストレーナーに入れる。
- 2 本体に水を入れ、1のストレーナーをセットし、電子レンジで9分加熱。ストレーナーを外す。

## 洋風だしを使った アレンジ料理レシピ はこちら



クラムチャウダー



温野菜サラダ

[基本の使い方を見る](#)

[他のだしレシピを見る](#)

## 中華だし - Chicken stock -



お好みの具材を入れた中華スープや炒め物のかくし味にも。

### 材料

鶏手羽先	3本
塩、こしょう	少々
酒	小さじ1
にんにくのうす切り	4枚
しょうがのうす切り	3枚
長ねぎの青いところ	2本分
赤唐辛子	1本
水	450ml

### 作り方

- 1 鶏手羽先は味が出るように表面に切り込みを入れ、塩こしょうを揉み込み酒をふる。
- 2 ストレーナーに1とにんにく、しょうが、長ねぎの青いところ、赤唐辛子を入れる。水を入れた本体にセットし、電子レンジで9分加熱。一度取り出して5分おき、再び電子レンジで4分加熱。ストレーナーを外す。

## 中華だしを使った アレンジ料理レシピ

はこちら



サンラータンスープ



中華風釜飯

[基本の使い方を見る](#)

[他のだしレシピを見る](#)

# 煎り酒

- Irizake -



江戸時代から伝わる、  
コクのある黄金色の美しいだしです。  
鯛茶漬や煮びたし、うどんのつゆなどに。

## 材料

梅干し	大 3 個
純米酒	400ml
昆布	5 c m 角 2 枚
かつお節	15g ( 3/2 カップ )

## 作り方

- 1 昆布と純米酒を本体に入れ一晩つけておく。
- 2 1の昆布を取り出し、ストレーナーに梅干しを入れて1のポットにセットし、電子レンジで10分加熱する。
- 3 2のストレーナーにかつお節を加えて、さらに6分加熱。そのまま冷まし、冷めたらストレーナーを外す。

## 煎り酒を使った アレンジ料理レシピ

はこちら



カルパッチョ



鶏肉の紅茶煮

[基本の使い方を見る](#)

[他のだしレシピを見る](#)

# 和風だしを使った アレンジ料理レシピ

## 茶碗蒸し



## 材料 (2人分)

卵	2個
むきえび	2尾
かまぼこ	2切れ
しいたけのうす切り	2枚
ぎんなん	2個
三つ葉	適宜
<A>	
和風だし	200ml
薄口しょうゆ	小さじ 1
塩	小さじ 1/2

## 作り方

- 1 ボウルに卵を割り入れてよく溶き、<A>を加えてよく混ぜておく。
- 2 器を二つ用意し、1を半量ずつ入れ、蒸気の上上がった蒸し器に入れて、弱火で3～4分蒸す。下の方が固まったら三つ葉以外の具をのせ、更に2～3分固まるまで加熱し、最後に三つ葉を散らす。

### POINT

最初に卵液だけで少し蒸し、軽く固まってから具材を加えて更に蒸すと、具材が沈まずきれいに仕上がります。具材を他に鶏肉などお好みのもので。

[和風だしのレシピを見る](#)

# 和風だしを使った アレンジ料理レシピ

## だし巻きたまご



## 材料 (2人分)

卵	3個
大根おろし	適宜
<A>	
和風だし	50ml
薄口しょうゆ	小さじ 1
みりん	小さじ 2

## 作り方

- 1 ボウルに卵を割り入れてよく溶き、<A>を加えてよく混ぜておく。
- 2 卵焼き器にサラダ油（分量外）を薄くひき、お玉一杯分の1の卵液を流し込み、手前に向かって巻き、それを数回繰り返す。
- 3 2をラップで包んで形をなじませてから一口大に切り、皿の盛って大根おろしを添える。

### POINT

だしの旨みが効いた柔らかめのだし巻き卵ですが、甘党の方は少量の砂糖を加えても。  
うまく巻けない時は小さじ1の片栗粉を加えるとまとまりやすくなります。

[和風だしのレシピを見る](#)

# 洋風だしを使った アレンジ料理レシピ

## クラムチャウダー



### 材料 (2人分)

あさり	100g
ベーコン	2枚
セロリ	1/4本
玉ねぎ	1/4個
にんじん	1/4本
赤パプリカ	少々
じゃがいも	1個
マッシュルーム	少々
バター	10g
洋風だし	100ml
白ワイン 又は 酒	大さじ2
好みのハーブ	適宜
<A>	
牛乳	100ml
生クリーム	100ml
塩	小さじ1/4
こしょう	適宜

### 作り方

- 1 あさは塩水につけて砂出しをしておく。
- 2 ベーコンは細切り、野菜は細かく切る。
- 3 鍋にバターを熱しベーコンとあさを炒め、白ワイン又は酒をふり入れフタをし、あさりの殻が開くまで蒸す。
- 4 3の鍋に2の野菜と洋風だしを加え、沸騰したら弱火にして2～3分煮る。
- 5 4に<A>を加え一煮立ちしたら器に盛り、好みにハーブを散らす。

#### POINT

素材をいかしたあっさりとしたクラムチャウダーです。

[洋風だしのレシピを見る](#)

# 洋風だしを使った アレンジ料理レシピ

## 温野菜サラダ



### 材料 (2人分)

ブロッコリー	1/8 個
にんじん	1/2 本
かぶ	2 個
グリーンアスパラ	2 本
ズッキーニ	1/2 本
パプリカ	1/4 個
アンチョビ	4 切れ
オリーブオイル	大さじ 3
レモン汁	大さじ 1
こしょう	少々
洋風だし	200ml

### 作り方

- 1 野菜は全て食べやすい大きさに切り、アンチョビは細かく刻む。
- 2 鍋に洋風だしを入れて火にかけ、沸騰したら火の通りにくいにんじん、かぶ、ズッキーニ、パプリカ、グリーンアスパラ、ブロッコリーの順に火が通るまで（固めに）茹で、ざるにあげて水気を切る。
- 3 2の野菜が熱いうちにボウルに入れて、オリーブオイルとアンチョビを加えてさっくりと混ぜてからレモン汁、こしょうで味を調える。

#### POINT

野菜はお好みの野菜で。ゆですぎに注意しましょう。洋風だしで茹でることによって野菜に旨みが増し、コクがでます。

[洋風だしのレシピを見る](#)

# 中華だしを使った アレンジ料理レシピ

## サンラータンスープ（酸辣湯）



### 材料（2人分）

木綿豆腐	1/4 丁
ハム	2 枚
きくらげ	少々
春雨	15g
干し椎茸	1 枚
ゆでたけのこ	70g
赤ピーマン	1/2 個
しょうがのみじん切り	小さじ 1
長ねぎのみじん切り	大さじ 2
溶き卵	1 個分
中華だし	300ml
酢	小さじ 2
香菜	適宜
サラダ油	大さじ 1
<A>	
しょうゆ	小さじ 1 と 1/2
こしょう	小さじ 1/2
酒	小さじ 2
<水溶き片栗粉>	
片栗粉	小さじ 1
水	小さじ 1

### 作り方

- 1 きくらげは水で戻し、春雨は熱湯で戻しておく。
- 2 1のきくらげと他の材料は全て細切りにする。
- 3 中華鍋にサラダ油を熱し、しょうがと長ねぎのみじん切りを炒め、豆腐以外の材料も加えて炒める。
- 4 3に中華だしと<A>、豆腐を入れ、沸騰したら中火にして1～2分煮る。<水溶き片栗粉>を回しかけ、とろみがついたら溶き卵を回し入れてかき玉にする。
- 5 4に酢を加えて味をととのえ、器に盛りお好みで香菜を添える。

#### POINT

ハムの代わりに豚細切り肉を入れると、より本格的な味になります。

[中華だしのレシピを見る](#)

# 中華だしを使った アレンジ料理レシピ

## 中華風釜飯



### 材料 (3 ~ 4 人分)

米	2 合
焼豚	4 枚
甘栗	4 個
かまぼこ	2 切れ
グリーンピース	大さじ 4
中華だし	360ml
しょうゆ	小さじ 1
酒	小さじ 2
ごま油	小さじ 2
白髪ねぎ	適宜

### 作り方

- 1 米は研いでからざるにあげ水気をきっておく。
- 2 焼豚、甘栗、かまぼこは細かく切る。
- 3 土鍋にごま油を熱し2を軽く炒め、1の米とグリーンピース、中華だし、しょうゆ、酒を加えて中火にかけ、沸騰したら弱火にして12分加熱する。火を止めて10分ほど蒸らし、白髪ねぎを散らしていただく。

#### POINT

土鍋の代わりに「フタがガラスのご飯釜」を使っても美味しく炊きあがります。

濃いめの味がお好みの場合は、オイスターソース小さじ1を加えてもOK。

[中華だしのレシピを見る](#)

# 煎り酒を使った アレンジ料理レシピ

## カルパッチョ



## 材 料 (2 人 分 )

ホタテ貝（生食用）	4 個
きゅうりのみじん切り	大さじ 1
赤ピーマンのみじん切り	大さじ 1
セロリのみじん切り	大さじ 1
煎り酒	大さじ 2
オリーブオイル	大さじ 2
こしょう	少々

## 作 り 方

- 1 ホタテ貝は厚さを半分にうす切りにし、皿に並べ、きゅうり、赤ピーマン、セロリのみじん切りを散らす。
- 2 オリーブオイルと煎り酒をよく混ぜて1にかけ、こしょうを振る。

### POINT

煎り酒が魚の臭みを消すので、鰯や鰯、鰯などでも美味しいです。

[煎り酒のレシピを見る](#)

# 煎り酒を使った アレンジ料理レシピ

## 鶏肉の紅茶煮



### 材 料 (2 ~ 4 人分)

鶏もも肉	1 枚
紅茶 (ティーバッグ)	1 個
塩こしょう	少々
煎り酒	200ml
付け合わせの葉物	適宜

### 作り方

- 1 鶏もも肉は皮を下にして厚いところがあれば切って、厚みを均等に整える。軽く塩こしょうし、皮が外側になるようにたこ糸で縛る。
- 2 鍋に1の鶏肉とたっぷりの水、紅茶のティーバッグを入れて強火にかけ、沸騰したら弱火で20分ほど煮る。
- 3 保存袋に2の鶏肉と煎り酒を入れ、粗熱が取れたら冷蔵庫で半日ほど味をなじませ、輪切りにして葉物とともに皿に盛る。

#### POINT

紅茶で煮ることによって肉の臭みを消します。茹でて漬けるだけのお手軽レシピ。芯に野菜を入れて巻くとより彩りによい一品になります。

[煎り酒のレシピを見る](#)