

黒豆 鉄鍋と鉄玉子で黒さ倍増

材料

黒豆	250g
砂糖	200g
醤油	大匙 3
塩	少し
重曹	小さじ 1/2



- ① 黒豆は洗ってざるに上げておく。
- ② 鍋に8カップ(1600 cc)の水を沸騰させ火を止めて材料を全部入れて5時間漬けておく。
- ③ 強火にかけて沸騰させ火を弱めてアクを丁寧にとります。
- ④ 水を 1/2 カップを入れて沸騰させ、さらに水 1/2 カップを加えて、落し蓋をして8時間ほど、煮汁が少なくなったら豆の表面が煮汁から出ないようにさし水をしながら弱火で煮ます。(鉄玉子もいれます)
- ⑤ 豆がふっくらとなったら火を止め一晩おき、味を含めます。