【 干しいたけのスープ　５～６人分】

国産の干しいたけ 30～40g　　昆布 5cm角を4枚
水 6カップ　　梅干し 1コ（種なら3個）

① 鍋に水と干しいたけ、昆布を入れて、傘の軸元が柔らかく戻るまで約1時間置きます。
② しいたけと昆布を取り出し、梅干しと一緒に耐熱ボール（またはホウロウ、ステンレス）に入れ、戻し汁は別の鍋で火にかけます。
③ 蒸し器の蒸気があがってから、耐熱ボールを入れ、温めた戻し汁を注いで、40分ほど蒸します。
④ 蒸し上がったら、ただちに昆布、しいたけ、梅干しを取り出します。
⑤ ボウルから布（紙タオルなど）でこし、鍋に移して弱火にかけ、器に注ぎます。

干しいたけの旨味成分グアニル酸と
昆布の旨味成分グルタミン酸、
植物性旨味成分を上手に引き出した
スープです。

photo(c)YukoIida