

酒肴の展開 美味しい献立の増やし方

目次

和える展開

基本の和え衣・あん一覧

[酢ベース]

土佐酢／なます酢／南蛮酢

甘酢／加減酢／黄味酢

[味噌ベース]

白玉味噌／赤玉味噌／木ノ芽味噌

辛子酢味噌

[種実ベース]

胡桃和え衣／胡桃だれ

白和え衣／胡麻酢

[ご飯ベース]

蓼和え衣

[基本のあん]

銀あん／べっ甲あん／酒盗あん

| 酢ベース |

加減酢 鱒氷臈

土佐酢 蛸の炙り 緑酢掛
鶏緑酢掛

なます酢 北寄貝柿臈
牡蠣碧あられ和へ

南蛮酢 鮎並彩和へ

甘酢 北寄貝磯酢和へ
帆立雑穀和へ

黄味酢 無花果ワイン蒸し 黄味酢掛

赤貝独活雪花菜和へ
黄味辛子酢 鴨十草和へ

| 味噌ベース |

辛子酢味噌 浅蜷辛子酢味噌和へ
鱧酢味噌和へ
野菜酢味噌 栄螺酢味噌和へ
荳胡麻味噌 牛肉としどけの
荳胡麻味噌和へ
木ノ芽味噌 筍烏賊木の芽和へ
栄螺木の芽和へ
信州味噌 ミズ実山椒叩き

| 醤油ベース |

生姜醤油漬 鶏親子和へ
ゼリー 牛茄子叩き
梅肉醤油 白瓜昆布土佐和へ

| 種実ベース |

胡桃だれ 牛冷しゃぶ 胡桃だれ掛
胡桃和え衣 ごとみ胡桃和へ
落揚麩胡桃和へ
胡麻酢 無花果 胡麻酢掛
白和え衣 薇白和へ
胡麻酢 根芋胡麻酢和へ

| ご飯ベース |

緑和え衣 浅蜷椎茸緑和へ
蓼酢 鮎三笠巻
蓼和え衣 鮎梅醤油蓼和へ
緑粥 牛肉の荳胡麻和へ

| その他 |

穴子あん 無花果 穴子あん掛
暁あん 無花果 暁あん掛

珍味の展開

基本の珍味一覧

唐墨／酒盗／真子うるか

このわた／イクラ醤油漬／アマエビ卵塩辛

| 唐墨 |

ボラ 唐墨粕味噌飯蒸し
揚唐墨
唐墨空豆粥和へ
唐墨里芋 芋頭巾
サワラ 鱧の唐墨 姫大根

| 魚卵 |

イクラ イクラとんぶり和へ
雲丹おくら
イクラ蓮根膾
百合根イクラ掛
ウニ 零余子海胆和へ
タラコ 湿地紅葉和へ
カニ子 蟹親子和へ

| 塩辛 |

酒盗 湿地練酒盗和へ
ウルカ うるか彩り和へ
コノワタ 煎りなまこ このわた掛
アマエビ 甘海老黄味親子和へ
長芋碧和へ
ハモ真子 鱧の塩辛

| ワタ・ミソ・その他 |

イカ肝・墨 芹烏賊肝和へ
エビ味噌 のびる 海老味噌和へ

カニ味噌 菜の花蟹味噌掛
サケ 氷頭なます
ナマコ 海鼠芹浸し

漬ける・締める展開

粕漬

昆布締め

酢締め

漬け

| 漬ける |

粕漬 牡蠣粕漬 海苔和へ

平貝の粕漬

ふかひれステーキ

鶏親子合せ

ヨーグルト漬 長芋ヨーグルト漬

とんぶり和へ

醤油漬 鮪漬山掛

| 締める |

昆布締め 鱈昆布締め 加減酢ゼリ一掛

印籠白瓜黄味酢掛

酢締め 鰯鯖焼叩き

加工品の展開

| 蒲焼・燻製 |

鰻蒲焼 鰻蒲焼 翡翠茄子

白そぼろ掛

鰻焼茄子 山掛

スモークサーモン サーモンアスパラ巻

鮭錦繡巻 吉野酢

| その他魚介加工品 |

サバ水煮缶 鯖水煮 蓮根グラタン

チリメンジャコ 雑魚炒り煮

雑魚萬煮

はんぺん はんぺんチーズ焼

| ハム・チーズ |

ハム・チーズ	ハムチーズ市松
	蒸し鮑 肝チーズ掛
チーズ	鯨チーズ焼
	銀杏と栗のチーズ和へ
	ピータンチーズ
ベーコン	ベーコン菜種焼

| 豆腐・湯葉・蒟蒻 |

豆腐	豆腐チーズ龍飛押し
	万願寺あん掛
	万願寺炒り豆腐
	温泉豆腐 松茸 銀杏 春菊
	荳胡麻だれ
	豆腐翡翠揚
厚揚	厚揚豆腐 春香焼
湯葉	青湯葉湯霜造り
シラタキ	白滝ルッコラ真砂和へ

寄せる展開

基本の豆乳豆腐地

基本の卵地

| 豆乳豆腐地 |

魚介・珍味	サーモン豆腐
	酒盗豆腐 ベっ甲あん掛
	酒盗豆腐 織部あん掛
	刺身豆腐
	鱈子豆腐
野菜	栗朴葉焼
	酒粕豆腐 大葉酢味噌
	里芋の黒胡麻寄せ
	黄味酢掛
	紫蘇水無月寄せ
	とんぶり豆腐

バジル豆腐
 菟豆腐
湯葉 湯葉豆腐

| 卵地 |

魚介 穴子若芽豆腐
 牡蠣清海蒸し
 河豚白子柚子蒸し
 若菜あん掛
卵 玉子豆腐
 涼味ゼリー掛
野菜・豆腐 信太大根
 筍豆腐 生海苔あん掛
 南禅寺蒸し

| ゼリー地 |

魚介 雲丹白波寄
 鰯の香味ゼリー寄せ
 螺帆立石蓴寄せ
野菜 茄子香味寄せ

| 素材で寄せる |

魚介 牡蠣松風
 河豚皮の煮凝り
肉 鶏肝豆腐
野菜 鹿の子里芋
 赤茄子 西湖鑄込
 鰯芋寿司

焼く・あぶる展開

基本の風干し
基本の褌折り串
基本の挟み串

| 風干し |

魚介 鰯紫蘇干
穴子香味干
烏賊わた干
鰯味醂干
鰯薬味干
鱈新茶干
小鯛柚香焼

| 浸け焼・掛焼 |

魚介 鮎並アスパラ巻
鮎並独活利久焼
穴子醤油焼
穴子芋茎巻
稚鮎塩麴焼
鮎加茂茄子加薬焼
海老烏賊酒盗焼
牡蠣松前焼
鰯葱巻 酒盗掛
秋刀魚友肝焼
蛤いしる焼
蛤胡桃焼
肉 鴨松茸挟み焼
野菜 筍土佐焼

| のせ焼 |

魚介 鮎蓼蠟焼
落ち鮎蓼蠟焼
牡蠣松の実焼
桜鱒苔焼
肉 鶏難波焼
野菜 小芋田楽

| その他 |

魚介 鮎笹包み焼

	焼栄螺、野菜
	緑あん添え
	桜海老焼玉
	鮪葱巻
肉	牛肉と焼茄子 淡曙酢
野菜	焼筍と焼野菜
	万願寺唐辛子
	干し貝柱入り飯蒸し

吸い物の展開

合せだしの塩分と具材との関係

基本のだし材料

基本の一番だし

基本の昆布だし

| 小鍋 |

魚介	浅蜷そばの実
	穴子蒚みぞれ
	穴子柳川
	鮫肝牛蒡仕立て
	里芋牡蠣すり流し
	牡蠣クリーム仕立て
	蟹 みぞれ仕立て
	唐寿美 银杏粥
	鮭粕仕立て
	鱈みぞれ鍋
	螺水雲
	蛤いしる鍋
	ふかひれ青菜仕立て
	白子 白菜仕立て
	鰯大根仕立て
	帆立蓮根仕立て
	北寄貝海苔仕立て
肉	すっぽんの玉締め
	牛肉キャベツ仕立て

野菜 鶏玉葱みぞれ
黒胡麻豆腐 若菜鍋
銀杏餅
大なめこ仕立て
蒟蒻素麺仕立て

| 椀物・蒸物 |

椀物 ずんだ椎茸
蒸物 海老蕪蒸
帆立クリーム蒸し
冬瓜饅頭

煮る展開

基本のしぐれ煮

5 : 3 : 1

| しぐれ煮 |

魚介 鮎並山椒煮
穴子山椒煮
稚鮎新芽煮
鰻山椒煮
牡蠣しぐれ
蛤しぐれ煮
ほたる烏賊しぐれ
肉 牛肉のしぐれ煮
牛肉印元巻
野菜 無花果山椒煮
薇牛蒡旨煮

| 煮物 |

魚介 鮑小芋葛煮
海老黄味煮
蛸の柔らか煮 芋掛
蛸飯

肉 鴨ロース煮
百合根あん掛
牛タン暁煮

野菜 里芋唐墨まぶし 揚銀杏
微信太煮

揚げる展開

基本の衣 天ぷら衣／薄衣

魚介 浅蛸かき揚
穴子南部揚
穴子アボカド新挽揚
稚鮎新茶揚
鮎蓼巻織揚
鮎骨煎餅
烏賊炭揚 銀杏煎餅
海老春香揚
海老蓮根揚
桜海老煎餅
桜海老山椒揚
栄螺香味揚
白魚新挽揚
蛸白扇揚
蛤蓬揚
鱧月冠揚
鱧の難波揚
鱧子獅子唐射込
白子一口カツ
ほたる烏賊網揚
北寄貝奉書揚

肉 牛肉蒟卷 木の芽揚

野菜 無花果黄味揚 煎りだし
枝豆と新生姜かき揚
叩きアスパラ二色揚
海老丸十挟み揚
筍餅酒盗掛

筍酥山椒揚
筍木の芽揚
赤茄子海老射込
茄子二身揚
加茂茄子素麺
落土佐揚 蕨あられ揚
落の臺酥射込
百合根最中
蓮根穴子射込揚

さくいん
あとがき
著者紹介