

# 姫たけのこの美味しい食べ方

## (根曲り竹)

姫たけのこは、他のたけのこと違ってアクが少ないので、新鮮なものならアク抜き不要で食べられます！

### 焼きたけのこ

★新鮮な姫たけの香りを楽しむなら焼きがオススメ！

- ① 姫たけのこを皮つきのまま、グリルに入れる。
- ② 皮目全体にこげがついたらひっくり返す。
- ③ ②と同じように皮目全体にこげがついたら火を止め、少し冷ます。
- ④ 皮をむき、塩・味噌・マヨネーズなど、お好みの味付けでお召し上がりください。

### ゆでたけのこ

★つるんとした食感を楽しむならゆでがオススメ！煮物や炊き込みご飯も◎

- ① 鍋にお湯をわかし、姫たけのこを皮つきのまま入れる。
- ② 10分ほどゆでたら、水にさらす。
- ③ 冷めたら皮をむき、塩・味噌・マヨネーズなど、お好みの味付けで、お召し上がりください。

### ★ポイント★

生のまま時間が経つと固くなり、アクも出てきますので、お早目に調理してください。

時間が経ってしまった場合は、米のとぎ汁や米ぬかと一緒にゆでてください。

### 保存方法

ゆでて皮をむいた姫たけのこをタッパーなどの保存容器に入れ、全体がかぶるくらい水をいれます。

毎日水を取り替えると3～4日程度の保存が可能です。