



昔から愛され続ける
煮干しの味・・・



煮干し 白だし

素材の色を引き立てる
淡いだし色



煮干しは平安時代から庶民の間で食され、愛されてきました。その伝統的な煮干しをふんだんに使用した白だしです。煮干しの風味やダシ感がしっかりしているので、和食料理にオススメです。



フタバコード 8026

商 品 名 煮干し白だし 1.8リットル

規 格 1.8リットル×6本/ケース

原 材 料 名 食塩(国内製造)、うすくちしょうゆ(本醸造)、清酒、煮干し、たん白加水分解物、みりん、かつお節エキス、かつお節、発酵調味料、白しょうゆ(混合)、昆布、さば節、椎茸、煮干しエキス、砂糖/調味料(アミノ酸等)、酒精、酸味料、(一部に小麦・さば・大豆を含む)

賞 味 期 限 製造日より1年

JANコード 4960002049901

栄養成分値(製品100g当たり)(推定値)

水分	たんぱく質	脂質	炭水化物	灰分	エネルギー	食塩相当量	ナトリウム
81.8g	3.7g	0.0g	1.5g	13.0g	21kcal	12.7g	5000mg

(当社分析値)

◆使用量の目安

	本品	水またはお湯
お 吸 い 物・・・	1	1 9～24
茶 碗 蒸 し・・・	1	1 2～14
おでんつゆ・・・	1	1 2～14
野菜の煮物・・・	1	1 1～13
うどんつゆ・・・	1	9 ～10
味 噌 汁・・・	1	1 9



ダシを科学する

株式会社 **フタバ**

〒959-1136 新潟県三条市川通中町477番地
TEL.0120-979-072(営業部)
<http://www.futaba-com.co.jp>

200401

煮干し白だし メニュー提案



モツ鍋

■材料(2人前)／煮干し白だし・100ml、水・1100ml、モツ・300g、キャベツ(ざく切り)・1/4玉、もやし・100g、ニラ(4cm長さ切り)・80g、ごま油・適量、にんにく(スライス)・2片、たかの爪・1本、白ごま・適量

■作り方／①モツは臭みを取るため、しっかりと茹でこぼす。②鍋にごま油とにんにく(1片分)を熱し、香りが立ったら煮干し白だしと水を加える。③火が通ったらモツを加えて10分程煮立たせる。④味が馴染んだらキャベツとたかの爪を加えて火が通ったらもやしを加える。⑤ニラをのせて、白ごまを振り、残りのにんにくを加える。



しじみうどん

■材料(2人前)／煮干し白だし・60ml、水・720ml、しじみ・(砂出しする)50g、乾燥わかめ(水戻し)・2g、長ねぎ(千切り)・10g、かに風味かまぼこ・2本、うどん・2玉

■作り方／①鍋に煮干し白だしと水、しじみを入れて煮立たせる。②しじみの口が開いたら火を止める。③器に茹でたうどんを盛り、②の汁を注ぐ。しじみとわかめ、長ねぎとかに風味かまぼこを添える。



だし茶漬け

■材料(2人前)／煮干し白だし・15ml、水・200ml、ご飯・2膳、三つ葉・適量、刻みのり・適量、焼き鮭・適量

■作り方／①三つ葉は2cm長さに切る。②鍋に煮干し白だしと水を入れて一煮立ちさせる。③器にご飯を盛り、ほぐした鮭等好みの具材をのせ、三つ葉と刻みのりを散らして②のダシを注ぐ。



春雨サラダ

■材料(2人前)／煮干し白だし・30ml、酢・30ml、乾燥春雨(茹でる)・50g、きゅうり(千切り)・1/2本、かいわれ菜・30g、かに風味かまぼこ(ほぐす)・20g、エビ・50g

■作り方／①乾燥春雨は、お好みの長さに切る。②エビは背ワタを取り、沸騰した湯に塩(分量外)を少々入れ、茹でたらザルに上げて水気をきる。③ボウルに①を入れ、煮干し白だしと酢を加えて全体を混ぜる。④ときゅうり、かいわれ菜、かに風味かまぼこを加え、全体を混ぜ合わせる。



ホタテのクリームパスタ

■材料(2人前)／煮干し白だし・30ml、水・60ml、生クリーム・400ml、白ワイン・45ml、粉チーズ・12g、バター・10g、ホタテ・100g、ほうれん草(ざく切り)・70g、オリーブオイル・適量、こしょう・適量、パスタ・160g

■作り方／①フライパンにオリーブオイルを熱しホタテを炒める。ほうれん草の軸を加えてしんなりしたら白ワインを加える。②生クリームと煮干し白だし、水、ほうれん草の葉を加えて一煮立ちさせる。③火を止めて、バターと粉チーズ、茹でたパスタを加え全体に絡めてこしょうで味を調えて器に盛り付ける。



洋風茶碗蒸し

■材料(2人前)／煮干し白だし・5ml、コンソメ・少々、お湯・200ml、溶き卵・1個、ホタテ・2個、かに風味かまぼこ・1本、粉チーズ・適量、イタリアンパセリ・適宜

■作り方／①お湯にコンソメを入れて溶かしたら煮干し白だしを加えて冷ます。卵を加え、混ぜてこす。②耐熱器にホタテとかに風味かまぼこを加えて①を注ぐ。③蒸し器に②を入れ、強火で3～5分蒸す。表面が全体的に白くなったら弱火にして10分蒸らす。④蒸し上がりの1分前に粉チーズを散らして蒸す。取り出したらイタリアンパセリを添える。