

まいにち食べたい

とうもろこしの おいしい 食べかた

スープに！



右に記載の蒸し方でとうもろこしをチンします。実を芯から包丁で削ぎ取り、少量の牛乳（豆乳）を加えミキサーにかけ、こし器で実の皮等を取り除きます。沸騰しないようかきまぜながら加熱し、お好みでパセリやクルトンをのせて出来上がり！



網やグリルで皮を1～2枚残して焼いて下さい。焼きあがったらお好みで醤油や砂糖醤油をはけ等でまんべんなく塗って出来上がり！

蒸して！



とうもろこしの皮を剥き、さっと水を付けてラップをしたらレンジで3分～5分チンして出来上がり！

ご飯に！



皮をむいたとうもろこしの上下の先をカットし、実を削ぎ落とします。お米2合に対して塩小さじ1と3分の1、酒小さじ1、とうもろこしを入れて軽く混ぜます。2合のメモリの位置まで水を入れたら上に芯をのせて炊くだけ！炊きあがりにバターを少し落として、全体に空気を含ませるように混ぜれば出来上がり！

とうもろこしの美味しいゆで方

- とうもろこし ...2～3本
- 塩 ...1リットルの水に対して大さじ2の割合

●お好みのお味で、お試しください。

沸騰した湯で茹でる

…新鮮野菜のシャッキリしたみずみずしさが好みの方に

水から茹でる

…ジューシーで甘めがお好みの方におススメ
(某テレビ番組紹介)

お湯から茹でる

1. トウモロコシの皮とひげを取ります。
※茹でる直前になってから・・・皮をむきます。
2. 鍋に、トウモロコシがかぶるくらいの湯を沸かします。
(まだ塩を入れない！)
3. 湯が沸騰してから、トウモロコシを入れます。
再度沸騰するまで待ちます。再沸騰させてから5分ほど茹で上げます。
(ピュアホワイトは皮が薄いので茹で過ぎに注してください)
4. ここで茹で上がる直前！！に用意した「塩」を入れます。
出来上がり。※茹でて保存する場合は、熱いうちにラップをし、冷めてから冷蔵庫にて保存するようにしてください。

水から茹でる

(某テレビ番組紹介)

1. トウモロコシの皮とひげを取ります。
※茹でる直前に皮をむきます。
2. 浅い鍋にとうもろこしがかぶるくらいの水を入れ火にかけます。
3. 沸騰してからさらに3分ほど茹でます。
茹でている間に、塩水を用意します。
(水1リットルに対し、大さじ2の塩を入れます。)
4. 茹であがったとうもろこしを塩水につけます。
表面が冷える程度、さっとくぐらせてください。
5. 水気をきったら、お召し上がりください。

