

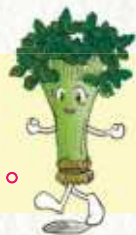
みつばの白和え

材料 (3~4人分)

みつば1束／人参1本／木綿豆腐1丁／いりごま大さじ4／①(だし汁大さじ3、醤油・砂糖・みりん各大さじ1)／②(砂糖大さじ1、薄口醤油小さじ1、味噌小さじ1/2)

！ワンポイント アドバイス

豆腐の水けをしっかり切ること。
みつばは香りが命。最後に合わせること。



作り方

①みつばは2cm幅に切る。人参は3cm長さの細切りにする。②豆腐はしっかり水気を切っておく。③①を鍋に入れ人参を煮、粗熱を取り水気を切る。④②、③を加えてよく混ぜ、人参、みつばを加えて和える。

