



ゆずとほうれん草の和え物

材料4人分

黄ゆず	1個
ほうれん草	1束
えのき茸	1袋
しめじ	½袋
しいたけ	3枚

◆八方地◆

だし	600ml
薄口しょうゆ	60ml
みりん	60ml



作り方

- 左右からVの字に切り込みを作る!
- ① <柚子釜づくり>
包丁の先をゆずの中心に向け差し込んで、斜め方向に切り込みを入れながら切っていきます。切り離れた下の部分に包丁やスプーンなどで中の果肉を取り出します。
 - ② ゆずの上部分を、針柚子にします。
 - ③ ほうれん草は流水でよく洗い、塩ゆでして水にとり、色止めをして絞ってから3cm幅にカットします。
 - ④ えのきは石づきを落として半分にカットし、さいて、茹でます。
 - ⑤ しめじは石づきを取り、食べやすい大きさにさき、茹でます。
 - ⑥ しいたけは石づきを取り、2mm幅にスライスして茹でます。
 - ⑦ 八方地の調味料を合わせます。
 - ⑧ 八方地に③④⑤⑥で茹でた食材を漬け込みます。
 - ⑨ 仕上げに、②の針柚子を混ぜ合わせ柚子釜に盛り付けたら完成です。