

# 2016年11月12日一人暮らし応援料理教室レシピ

ひとり暮らし応援!!料理教室で作った料理のレシピを公開します。是非挑戦してみてください。

## 【メニュー】

## 春菊の酒粕白和え

<材料> 1人分

- ・酒かす 6g
- ・水 4g
- ・練りごま(白) 5g
- ・春菊 50g
- ・みいき 3g

<作り方>

※みいきをさっと洗って、水に約20分浸して戻す。

- ① 酒粕と水を鍋に入れ、弱火にかけて練り合わせ、アルコールを飛ばす。(滑らかにする。)
  - ② 粗熱が取れたら練りごまと味噌を加え、よく混ぜ合わせる。
  - ③ 春菊をさっと茹でてざるにあげる。水気を切り3~4cmに切って軽くしぼる。
  - ④ ③を茹でた後、戻したみいきも10秒茹でて、ざるにあけて冷ます。
  - ⑤ ②の和え衣と③④を合わせ、器に盛りつけて完成。
- ※春菊を散らすとおもてなしっぽくなります。

