

春菊の 海苔しらす和え

春菊の香りが楽しめるレシピ②

春菊の海苔しらす和え

材 料 (2人分)

- 春菊 1/2袋(5茎)
 - しらす 大さじ1
 - 焼き海苔全形 1/3枚分
 - ☆しょうゆ 大さじ1/2
 - ☆だしパック(中身) ひとつまみ
- ※本格・万能だしパック使用

- ① 春菊は塩(分量外)を入れた熱湯で1分弱、色よく茹でる。水にさらしてしっかり水気を絞り、食べやすい大きさに切る。
- ② 焼き海苔は細かくちぎっておく。
- ③ ボウルに☆をよく混ぜ、春菊としらすを入れ混ぜる。
- ④ 食べる直前に焼き海苔を和えてできあがり♪

コツ・ポイント

春菊は茹ですぎに注意。海苔は溶けすぎないように、食べる直前に和える。お好みでいりごまを振るとおいしいです。味はお好みで調えてください。