



たっぷり大葉と じゃこのふりかけ

夏のさわやかな香り しそレシピ③

たっぷり大葉とじゃこのふりかけ

材 料

大葉 …… 50 g (大45枚くらい)
おろししょうが …… 小さじ1
ごま油 …… 大さじ2
ちりめんじゃこ …… 50g
★酒 大さじ …… 大さじ1
★しょうゆ …… 小さじ1
★みりん …… 大さじ1
★だしパック(中身) …… 小さじ1/4
※本格・万能だしパック使用
白ごま …… 大さじ1と1/2

- 1 大葉をみじん切りにする。
- 2 フライパンにごま油を加熱し、おろししょうがを入れ、ちりめんじゃこがカリカリになるまで弱火で炒めて一旦取り出す。
- 3 大葉を入れてしんなりしたら、取り出しておいたちりめんじゃこ★を入れ、水気がなくなるまで弱火で炒めて、白ごまを混ぜたらできあがり♪

コツ・ポイント

- あまり濃い味にしないようにしましたが、お好みの味に調整ください。
- ちりめんじゃこはカリカリにし過ぎると、口にささるのでほどほどのカリカリに。
- 大葉は細かく刻んだ方が、パラパラして食べやすくなります。
- おにぎりやお茶漬けにしてもおいしいです。