



## 春菊と糸こんの 白和え

春菊の香りが楽しめる～春菊レシピ③

### 春菊と糸こんの白和え

#### 材 料 (2人分)

春菊 …………… 1/2パック  
木綿豆腐 …………… 1/3丁  
糸こん …………… 1/4袋  
にんじん …………… 中1/4本  
白すりごま …………… 大さじ1  
★砂糖 …………… 大さじ1  
★しょうゆ …………… 小さじ1  
★だしパック(中身) …… 小さじ1/2  
※本格・万能だしパック使用

- 1 木綿豆腐はキッチンペーパーで包み、重しをして30分程度おき水切りする。
- 2 春菊は沸騰したお湯に茎だけ20秒、葉は10秒くらい茹でて水にとり水気を切り、茎の太い部分は斜め薄切りに、葉は4cmの長さに切る。
- 3 にんじんは4cmのせん切りし1分茹で冷ます。糸こんは4cmの長さに切り、熱湯で3分茹でて臭みを抜き水気を切る。
- 4 ①の木綿豆腐をざるで濾し、★を加え混ぜる。
- 5 ②～④と白すりごまを和えて器に盛りつけて、冷蔵庫に30分ほど入れてできあがり♪

#### ポイント

- 水切りをとにかくしっかりすること。
- 春菊は茹ですぎない方がシャキシャキ食感がおいしいです。
- 冷蔵庫に30分ほど入れることで味が染み込みます。
- 味付けは味見をしながら好みの味に調整してください。