

京壬生菜と 焼きしいたけの白和え

調理時間
10分



材料(4人分)

京壬生菜…1束(200g)	[A]
しいたけ……………8枚	だし汁……………10ml
木綿豆腐……………1/2丁	砂糖……………25ml
塩……………少量	薄口しょうゆ…10ml
白煎りごま……………30ml	

作り方

- ①京壬生菜は根元を切って水で洗い、塩を入れた熱湯でゆで、冷水で冷まして絞り2~3cmの長さに切る。
- ②しいたけは軸を切って軽く塩をふり、グリル(またはトースト)で焼いて薄切りにする。
- ③すり鉢に白ごまを入れてすり、木綿豆腐を手で潰して入れ、さらにすって滑らかにする。
- ④③にAを入れて調味し、
①、②を入れてよく混ぜて、器に盛り付ける。