



クワンソウのお浸し

<材料>

クワンソウ 150g
もやし 50g
削り節 1袋

A { だし汁 大さじ2
塩 小さじ1/2
しょうゆ 小さじ1/2
みりん 小さじ1

<作り方>

クワンソウは根に近い白い部分を切り取って茹で3cm長さに切る。もやしはひたひたの水でしゃきっと茹でる。

Aの分量の調味料を混ぜ合わせての材料と和える。

クワンソウと、もやしを器に盛り、削り節をふりかける。