



# ゆきなのごま和え

【材料/2~3人分】

ちぢみゆきな・・・1束(200g)

塩・・・・・・・・・・少々

白すりごま・・・・・・・・大さじ1

(A)

しょうゆ・・・・・・・・大さじ1

砂糖・・・・・・・・大さじ1.5

## ◆ポイント

ゆきは株元に土が入っていることがあるのでよく洗いましょう！

## 【作り方】

- ① ボウルに(A)の調味料と白すりごまを合わせておく。
- ② 鍋にたっぷりのお湯を沸かし、塩を入れてちぢみゆきを茹でる。水にさらして冷やし、水気を強く絞ったら、3cm程度に切る。
- ③ 切ったちぢみゆきを①の合わせ調味料に入れて、和えながら味をなじませる。

JA名取岩沼