

菜の花の辛し味噌和え

材料 (2人分)

| | |
|--------|-----------|
| 菜の花 | 1/2束(80g) |
| 練からし | 適量 |
| 白味噌 | 小さじ2 |
| 酒 | 小さじ1/2 |
| うまみ調味料 | 少々 |



作り方

1. 菜の花は端を切り落とし、半分に切り塩茹でして水にさらす。
2. ボウルに白味噌と酒を入れて伸ばし(お好みで、うまみ調味料を少し加える)、練りからしを加えて味見しながら味をととのえる。
3. 菜の花の水気をしっかりとって2とあえる。

| | |
|--------|-------|
| 所要時間 | 15分 |
| 主な調理器具 | 鍋、ボウル |