

小松菜のおろしなめたけ和え



豚肉入りで食べ応え満点の和え物です
味付けになめたけを利用して簡単に
作ることができます

材料(4人分)

小松菜	1/3束
豚肉	60g
にんじん	1/3本
大根	1/5本
なめたけ	約60g(市販のなめたけ1/2瓶)
塩	少々

- 1・小松菜とにんじんは適宜に切りゆでておき、大根はすりおろしておく
- 2・ゆでて荒熱を取った豚肉に1となめたけを入れ合える
- 3・お好みで、塩で味をととのえてできあがり



ポイント

ゆでた小松菜は、よく水分をきっておきましょう
豚肉はゆですぎると固くなるので気をつけましょう
(ゆであがったら塩を少々ふって肉に味をつけておいてもおいしく仕上がります)
すりおろした大根はかるくしぼってから合えることでなめたけの風味が引き立ちます

文責 山崎・芹沢