

濃い
だし



青菜のおひたし

材 料
4 人 分

菜の花(季節の青菜)	150g
「素」万能だし	1袋、水200ml
酒	小さじ1
A みりん	小さじ2
しょうゆ	大きじ2
削り節	適宜

[作り方]

- 1 菜の花は茎の太いところを縦に4等分に切り、ゆでて水気を取ります。
- 2 鍋に「素」万能だしと水を入れて火にかけ、沸騰後3分煮だしてから袋を取り出し、濃いだしを作ります。
- 3 濃いだしを冷まし、**A**を加えて**1**を入れ、和え混ぜます。
- 4 器に盛り、削り節をのせます。