

耐病ぼうず知らずねぎを使った ネギと油揚げのさっと煮

<< 春のやわらかネギを味わう一品 >>



----- 材料（2人分） -----

耐病ぼうず知らずねぎ 2本
油揚げ 1枚

A

薄口醤油 大さじ 1
みりん 大さじ 1/2
水 3/4 カップ

----- 作り方 -----

- ① 耐病ぼうず知らずねぎは、2～3mm幅の斜め薄切りにする。
- ② 油揚げは、半分に切ってから、5mm幅に切る。
- ③ 鍋に、A を合わせて煮立たせる。②を加えて弱火で1分ほど加熱後、強火にして①を加え、さっと火を通す。

※POINT

ネギの火の通し方はお好みで加減してください。

