



麩のからし和え

〔材料〕 4人分

角麩…………… 4個
きゅうり…………… 半分
からし味噌

a 味噌…………… 大さじ1半
a みりん…………… 大さじ1
a 酒…………… 小さじ1
a 砂糖…………… 大さじ1半
a 地がらし…………… 小さじ1/2

〔下準備〕

- 角麩は、縦三等分 横二等分に切り、二重にし濡らしたキッチンペーパーで包み戻す。上から軽く押さえて、柔らかくなっていけばOK。まだのようなら、更にペーパーの上から水をかける。
- きゅうりは、薄い輪切りにし軽く塩もみしておく。
- 地がらしは、袋裏面の作り方を参照。割り箸数本で力強く混ぜると香りがたつ。

〔作り方〕

1. 下準備した角麩ときゅうりの水気をしっかり絞る。
2. aのからし味噌の材料を、すり鉢ですり混ぜる。
3. 1と2を和える。

ポイント



角麩の切り方



角麩の戻し方

角麩を水に浸さない事で、仕上がりが水っぽくなりません。



地がらしの、かきまぜ方

市販の地がらし味噌を使うと、より簡単に作れます。
和える味噌の量は、お好みで増減してください。