

梅和え



材料)

水茄子1個

梅肉10g梅干し大1個分ほど

A=みりん大さじ1、濃口醤油小さじ1/2、ワサビ適量

鰹節3g

作り方)

- 1.包丁で梅干しの果肉をたたき、梅肉とする。ボウルに入れ、Aを加えてよく混ぜ、鰹節を入れて馴染むまで混ぜる。
- 2.水茄子はヘタを取り、食べやすい大きさに割く。1に入れ、よく和える。