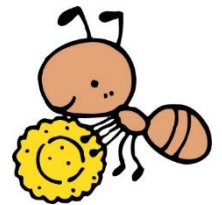




ほうれん草とチーズの和え物



<材 料>

作り方4人前

ほうれん草 1束 ダイスチーズ 50g

☆醤油 小さじ1/2 みりん 小さじ1/2 だし汁 50cc 砂糖 5g

かつお節 5g

<作り方>

- ① ほうれん草はさっと茹でて、水を絞り5cm幅に切る。
- ② ☆の調味料を小鍋で煮立て冷ましておく。
- ③ ほうれん草にダイスチーズを入れほぐし混ぜ②を入れてなじませる。
- ④ ③にかつお節を入れて混ぜ、皿に盛り付けて出来上がりです。



<ワンポイント>

ほうれん草のお浸しにもチーズを加える事でこくが出て美味しくなりました。
だし汁を少々加えるのがポイントです。チーズ・鰹節・醤油は相性がいいですね。