

キャベツとイカのピーナッツ和え



材料(4人分)

- ・キャベツ小……1/2
- ・イカ………1杯
- ・ピーナッツ……100g
- ・塩………小1
- ・酒………大1★
- ・味噌………大1と1/2★
- ・砂糖………小2★
- ・からし………適量

1.

キャベツは熱湯で3分ほど茹で、塩をふって冷ます。イカは皮と足をとって、水の状態から5分ほど火にかける



2.

キャベツは食べやすい大きさに切って、水気を絞る。イカは縦3~4等分に切り、横5ミリ幅に切る



3.

ピーナッツは粗く刻んでから、すり鉢でなめらかになるまでよくすりつぶす。調味料(★)を入れてトロっとさせる



4.

キャベツ、イカ、ピーナッツを和えて、からしを好みの量入れて出来上がり

〔応募者からのコメント〕

私は80代ですが、40代の頃、近所の観音様の祭りの日におばあちゃん達を作ってくれたこの和え物が忘れられないほどおいしかったです。

〔料理のポイント〕

- ・砂糖を入れると擦りづらくなるため、最後に入れること。
- ・少ししょうゆを入れると風味が出ておいしくなる。

