

キャベツの白和え



材料(6人分)

- ・キャベツ……620g
- ・木綿豆腐……380g
- ・クコの実……少々
- ・醤油……大さじ2
- ・赤味噌……大さじ2
- ・みりん……大さじ1と1/2
- ・酒……大さじ1と1/2

1

木綿豆腐は水気を切ってから鍋に入れ、中火で5分程度茹でる。その後、ザルに上げて粗熱を取る。冷めたら布巾等で水分を取っておく。



2

和え衣を作る。
→豆腐をすり鉢に入れてすり潰し、調味料を入れて味を整えておく。

調味料……醤油、赤味噌、みりん、酒



3

キャベツを鍋に入れ、水から入れて茹でる。(柔らかくなる程度)その後、ザルに上げて粗熱を取る。



4.

柔らかくなったキャベツをざく切りにして布巾で水分を十分にしぼる。



5.

豆腐の和え衣にキャベツを入れて和える。
器に盛りつけ、クコの実をのせて完成。

