

「かきのもと」ときのこのひたし



◆材料（2～3人前）

かきのもと	1P
ホウレン草	1/2 束
しめじ	1/3P
えのき	1/3P
エリンギ	1/3P

だし	250cc
醤油	20cc
味醂	10cc
酢橘	1ヶ

調味料

◆作り方

- ①かきのもと、ホウレン草を茹でて冷ましておきます。
- ②しめじ、えのき、エリンギを細かくほぐしておきます。
- ③調味料を合わせ、火にかけます。
- ④③が沸騰した所に②を入れ1～2分炊き、冷まします。
- ⑤冷めた④に、切ったホウレン草、かきのもとを入れて出来上がり。

「かきのもと」は食用の菊の花。
新潟では一般的に使われる食材です。
写真では飾り用にすだちの皮を千切りにしてのせました。
さわやかな香りが、食欲をそそります！

