

長ネギのぬた



【材料】(4人分)

- 長ネギ…4本
- みりん…大さじ2
- 砂糖…大さじ2~3
- 味噌…大さじ3
- 酢…大さじ2

【作り方】

- ① 長ネギは3cm位の長さに切る。太いところは縦に切れ目を入れる。
- ② 沸騰したお湯で軽くゆでて、ざるに上げ水気を切る。
- ③ 味噌をみりんで溶き、酢・砂糖を加え、味を見る。
砂糖は好みで調整する。(好みでからしを少々加える)
- ④ ②の長ネギに③を和えたり、ネギを並べて上にかかけたりする。

*ゆでたイカ・シメジ等の具材を入れても良い。

レシピ提供：まつもと農村女性協議会