

くさぎなの 豆腐炒め(山菜)



●材料〈4人分〉

くさぎなの塩漬け…100g
豆腐……………200g

A かつおだし…大さじ1
砂糖…………大さじ1
酒……………大さじ1
みりん…………大さじ1
しょうゆ……大さじ2

●作り方

- 1 くさぎなの塩漬けを塩出しする。
- 2 フライパンに油をひき、くさぎなを炒める。
- 3 炒めたくさぎなの中へAを入れて煮る。
- 4 3が煮えたら豆腐を入れて箸で細かくつぶし、豆腐に味が染みるまで煮る。



ひとくちメモ!

くさぎなは山菜の一種で6月頃採って、塩漬けをして保存食として昔から食べられています。

