

作品名 ゆばと小松菜の煮びたし(ヘルシー大津菜)

使った大津産・地場産の食材・食品 小松菜、比叡ゆば



作り方(2人前の分量)

	材料名	分量	備考	工程	順番	作り方
1	小松菜	30g	地場産	下ごしらえ	1	小松菜・にんじん3cmに切る
2	にんじん	10g				
3	比叡ゆば	1g	乾燥ゆば	調理	1	なべに水70mlを沸かしだしのもと・しょう油で味をつくる
4	だしの素	4g				
5	しょう油	大さじ1				
6					2	にんじんと小松菜のかたい部分を入れる
7						
8					3	葉とゆばを入れる
9				仕上げ	1	全体に火が通って1呼吸おいて火を消す
10						