

小松菜とあさりのウメネーズ

4人分

食材および調味料	分量
小松菜	200g
(冷凍) あさりむきみ	40g
酒	15g
芽ひじき	2g
梅肉	20g
マヨネーズ	15g
すりごま	8g
醤油	2g

<作り方>

- ①小松菜は2cmに切ってゆでる。
- ②あさりは酒蒸しにして蒸し汁を分けておく。
- ③芽ひじきはもどしてさっとゆでておく。
- ④梅肉、マヨネーズ、すり胡麻、醤油、②の汁を混ぜて水分を良く切った材料を和える。

... 給食会取扱い物資