

はなっこりーのとろろ和え



材 料(4人分)

- ・はなっこりー 100g
- ・長いも 100g
- ・柚子皮 少々

A

- ・ラッキョウ酢 30cc
- ・砂糖 小さじ 1

- ・塩 少々

作り方

- ①はなっこりーは茹でて 4cm 位に切る。
- ②長いもをすりおろして A で味をつける。
- ③盛りつけたはなっこりーに②をかける。
※好みに柚子皮をちらす

レシピ提供 防府市生活改善実行グループ連絡協議会 楽笑クラブ