

春菊のユズ酢和え



材 料《4人分》

- ・春菊・・・・・・・・・・・・・10束
- ・油揚げ・・・・・・・・・・・・・2枚
- ・小えび・・・・・・・・・・・・・1パック
（またはカニカマ・・・・・・・・・・・・・4本）
- ・生ワカメ・・・・・・・・・・・・・50g
- ・えのき・・・・・・・・・・・・・1/2パック
- ・ゆずの皮（せん切り）・・・・・・・・少々

調味料

- ・ゆず酢・・・・・・・・・・・・・大さじ2
（酢 大さじ1、ゆず果汁 大さじ1）
- ・薄口しょうゆ・・・・・・・・・・・・・大さじ2
- ・みりん・・・・・・・・・・・・・大さじ2
- ・塩・・・・・・・・・・・・・少々

作り方

- ① 春菊を洗い、上の芽の部分と大きい葉を除き、茎を縦に細長く切る。
- ② 小えびは塩水でゆでて頭をとり、皮をむいて別にしておく。（カニカマの場合は4等分にし、手でさいておく。）
- ③ 油揚げは中を開き、半分の厚みにして、熱湯をかけ油抜きをした後、細長く切っておく。
- ④ 熱湯でワカメをゆでる。（ゆで汁は捨てずに置いておく。）ワカメの色が変わったら冷水で洗い、水切りし、2cmの長さに切って別にしておく。
- ⑤ 春菊の芽は生で使う。葉は10秒熱湯にくぐらせ冷水につけザルにあげる。茎は④のゆで汁でゆでて、水切りをする。
- ⑥ ボールに調味料を入れて「合わせ酢（三杯酢）」を作り、ふきんで絞った春菊・ワカメ・油揚げ・小えび（カニカマ）・えのきを入れて混ぜ、器に盛り付ける。上にゆずの皮をふる。

<レシピ提供者からのアドバイス>

春菊は苦いというイメージがありますが、芽は甘いのでゆでずに生で使い、葉は熱湯に10秒くぐらせることで甘くなります。