

洛いもと春菊のお吸い物

材 料

(4人分)

洛いも (長いも)	250g
だし汁	小さじ2
春菊	1束
うす口醤油	小2
お酒	大2
だし汁	お椀に少なめ2杯分



材 料

- 1 洛いもはすりおろす。片栗粉と白だし②と混ぜ合わせる。
- 2 水を沸騰させ、①をスプーンですくい、煮る。①が上に浮かんできたら、すくい上げる。
- 3 春菊を1分程茹で、水にさらしてしっかり絞って水分を切る。食べやすい長さにカット。
- 4 だし汁にを醤油、みりん、①を入れ、ゆでた春菊といっしょにお椀に7分目くらい注ぐ。

洛いものおやき

材 料

(2人分)

洛いも (長いも)	10センチ角
青のり	適量
塩	ひとつまみ
スライスチーズ	適量

つくり方

- 1 ボウルにすった洛いも、塩、青海苔いれる。
- 2 ひたすら①を練る。もっちりしたらOK。
- 3 サラダ油熱したフライパンに、スプーンでおとす。裏表こんがり焼ければできあがり！塩やポン酢をつけて。

具材はおじゃこや桜エビ、ツナ、ねぎなど。トッピングはチーズやかつおぶしなど。家にあるもので！
洛いものかわりに、レンコンでも美味しいよ！

