

茎のシャキシャキ感を
最大限活かしたレシピ。



無限川俣菜（浅漬け）

採れたて

大人向け

材料

川俣菜

※採れたて 茎のみ使用

ゴマ油

めんつゆ または 醤油

飾り用のゴマ

七味など・・・

すべて
お好みの
量で



採れたてを手に入れたら、まずは「葉」と「茎」と分けて、それぞれ茹でます。

茎のシャキシャキ感を楽しみたいので、今回は茎のみ。葉部分は味噌汁や炒めものなどに使うと良いです。

作り方

- 1 採れたての川俣菜はとても大きいので、茎と葉に切り分ける。茎は3~5分ほど。葉は2分ほど茹でて水にさらし、よく水気を切っておく。
- 2 茎の部分は食べやすく5cmほどに切りそろえる。（葉の部分はおひたしや味噌汁へ・・・）
- 3 醤油またはめんつゆと和え、塩味を整えた後、ごま油を回しかければ完成。

油は直前に合えると香りが立ち、美味しい。

