

旬のイカと分葱(わけぎ)のぬた

今が旬のスルメイカを、さっぱりぬた和えでどうぞ。

●材料

わけぎ	1	束
イカ	100	g
★サヌキ白みそ	大さじ	2
★酢	大さじ	1
★砂糖	大さじ	1



●作り方

鍋に湯を沸かし、わけぎを根元から入れてサッと茹で、冷水にとる。イカは細切りにし、残り湯でサッと湯通り程度に湯で、氷水にとる。冷めたわけぎの中にあるヌメリを押し出して処理する。

わけぎを食べやすい大きさに揃えて切る。

★をボウルに入れ、しっかり混ぜ合わせて酢味噌を作る。

イカの水気を拭き取り、わけぎと一緒に酢味噌に入れ絡める。

器に綺麗に盛り付けて完成。

創業1931年



株式会社イツツミソ

〒769-1603 香川県観音寺市豊浜町和田甲229

TEL 0875-52-3030 / FAX 0875-52-6230