

## 【春菊の白和え】

### 材料 4人分

春菊 1/2 束(100g)  
島豆腐 170g  
ニンジン 1/4 本

白ごま	25g	} A
合わせみそ(白)	小さじ 2	
グラニュー糖	小さじ 2~大さじ 1	
薄口しょうゆ	小さじ 1	
塩	少々	



### 作り方

1. 島豆腐は、ペーパータオルで包み、重石をして水分を抜いておく。
2. 春菊は、葉と茎を分けておく。ニンジンは長さ 3 センチほどの細切りにする。
3. 塩を入れた熱湯でニンジン、春菊の茎の部分、葉の順にゆでる。春菊は冷水にとり、水気をしぼったら、2 センチほどの長さに切っておく。
4. ごまは弱火で軽く空炒りし、すり鉢でする。
5. 4 に1の豆腐と A を加え滑らかになるまですりつぶしたら、3 を加え和える。