

## 金 ホウレンソウの白和え

### 材 料【2人分】

ホウレンソウ…1/2束      淡口醤油…小さじ2  
湯…適量                      一味…少々  
ゴボウ…1/2本  
湯…適量  
豆腐…1/4丁  
白ゴマ…大さじ2  
砂糖…小さじ2

### 作り方

- ①ホウレンソウは熱湯で3分ほど下ゆでし、かたく搾ってから3cm程度に切る。
- ②ゴボウは洗ってささがきにし、熱湯で3分ほどゆでてかたく搾る。
- ③豆腐はキッチンペーパーに包んで重しをのせ、水を切る。
- ④すり鉢で白ゴマをすり、砂糖と淡口醤油を入れてへらで混ぜながら豆腐を加える。
- ⑤ホウレンソウとゴボウを加えて混ぜ、一味をふりかける。

