



材料 2人分

春菊	1/2袋・75g
黒すりごま	大さじ3
砂糖	大さじ1と1/2
こいくちしょうゆ	大さじ1/2

調理時間 15分

作り方

1. 春菊は洗って葉は長さを半分に、茎は斜めに切ります。
2. たっぷりの湯で30秒ほど茹でて冷水に取ります。
3. ボウルに調味料を入れてよく混ぜ合わせて、水気を絞った春菊と合わせて器に盛ります。



アドバイス

◎春菊は11月～2月頃の旬を迎えます。鍋ものにも合いますが、独特な香りは、ごま和えにも合い、おすすめの一品です。