トーホクオリジナルレシピ

小さな種子から大きな夢を
株式会社トーホク
TOHOKU SEED CO., LTD.

つるなしあまいえんどう Next の香り白和え

＜＜ 豆の甘さが、きな粉の香ばしさで引き立てます ＞＞



---------- 材料（2 人分） ----------

- つるなしあまいえんどう Next　10 本
- 絹ごし豆腐　1 丁＝300ｇ
- きな粉　大さじ 1
- 砂糖　小さじ 1/2
- 塩　少々



---------- 作り方 ----------

① つるなしあまいえんどう Next は筋を取り除き、２分間塩ゆでして縦半分に割く。

② 絹ごし豆腐はキッチンペーパーで包んで軽く水気を取り、崩してボウルに入れる。きな粉、砂糖を加えて泡だて器で混ぜ合わせ、塩で味をととのえる。

③ ②を器に敷き、①のゆでた莢を盛りつける。

※POINT

ゆでた後、莢は水にさらさないこと。