



菜の花の和え物

材料（2人分）

菜の花	1束
あさりのむき身	30g
胡麻わさびドレッシング	大さじ2
塩	少々

作り方

1. 菜の花を一口大にきり、塩を入れた熱湯でぱっとゆでる。
2. 水気をきり、あさりのむき身をあわせ、胡麻わさびドレッシングであえる。

使用したセンナリの商品

