

～やまぐち食べきりアイデア～

野菜の焼きびたし



(2人前)

○食材等

- ・残り物の野菜、野菜の皮、野菜の切り端 等
- (玉ねぎ、ししとう、白ネギ、アスパラ、パプリカ、山芋、大根、ニンジン 等)

○調味料

- ・だし汁 (300cc)
- ・酒 (40cc)
- ・みりん (25cc)
- ・塩 (1.5g)
- ・しょうゆ (23cc)

(経費目安 300円)

<作り方>

- 1 材料の残り野菜にサラダ油を塗り、軽く塩をふる
- 2 これを魚焼きグリル等で焼く
- 3 だし汁ほかの調味料をあわせて沸かす
- 4 だし汁を冷まして、これに、削ったゆず皮とスライスしたゆずの身を加える
- 5 だしの中に焼いた野菜を加えれば完成



【アイデア発案者】

やまぐち食べきり協力店;キッチンあさくら

(山口市熊野町933-7/TEL 083-922-5363)

冷たいだし汁が
野菜にぐっとしみこんで、
ごはんのおかずにも
酒の友にも最高!!

