

アスパラの焼きびたし

材料

アスパラ . . . 10本
鰹節 . . . 6 g (適量)
A. 麺つゆ . . . 100m l
A. 水 . . . 100m l



作り方

- 1) アスパラはハカマを取り、固い部分はピーラーで軽く皮をむき、オーブン又は魚焼きグリルで軽く焼き目がつくくらいまで焼く。
- 2) 焼き上がったアスパラを熱いうちにAの合わせたれにつけ込む。15分~ひと晩おく。
※冷蔵庫で2~3日の保存が目安です。
- 3) お好みで鰹節を添える。