



「焼きかぶのたらこあえ」



- かぶ2~4個は茎を少し残して切り分け1.5~2cm幅くらいの厚さに切る。
葉と茎はざく切りする。にんにく半~1片は包丁の腹で潰す。
たらこは身をこそげとる。フライパンにオリーブオイル小2を入れて中火にかけ、
かぶを並べ隙間に葉と茎を加え、こんがり焼き色がつくまで焼き、器に盛る。
同じフライパンにオリーブオイル大1、にんにくを入れ、
弱火にかけて軽く色づいたらにんにくを取り出し、たらこを入れ色が変わるまで炒める。
かぶにかけレモンを絞りかけ出来上がり。
- * 椎茸やしめじ、エリンギなどのキノコ類をくらえてボリュームアップしても美味しいです。
 - * たらこの量はお好みで。塩気によって調整してください。
 - * かぶは焼けば焼くほどトロトロになるので、
かぶをカットする厚さで好みのかたさに調整してください。



ゆうきやのInstagram

是非、ゆうきやのお野菜を使ったお料理を、#ゆうきや
#yukiya808 @ゆうきやなどを付けて投稿してください。
皆様の投稿、お待ちしております!

ゆうきや本郷店

文京区本郷2-28-1-1F

☎ 03-5801-0880