



# ★はくさいのおひたし★

## 【材料：4人分】

はくさい . . . 200g  
ゆず果汁 . . . 4g  
うすくちしょうゆ . . . 小さじ1

学校給食の分量です。ご家庭で作る場合は分量の調整をしてください。

## 【作り方】

- ① はくさいは短冊切りにし、葉と茎は別にしておく。
- ② はくさいを茎、葉の順でゆで、水にとって冷やし、水気をきる。
- ③ ゆず果汁、うすくちしょうゆを合わせ、はくさいを和える。

\*お好みでかつお節をまぶしてもおいしいですよ！

