

菊花あえ

9月の重陽の節句で長寿を祝う。秋田でよく食べられています。菊の花の鮮やかな色と香りで彩りを添えてくれます。



材料(2人分)

菊花	10g
ほうれん草	半束
ぶなしめじ	半パック
松の実	適量
だし	大さじ1
みりん	大さじ1
しょうゆ	大さじ1
塩・酢	少々

作り方

- 1 菊花は、鍋に湯を沸かし塩少々と酢でさっと茹で冷水にとる。水気を切る。
- 2 ほうれん草は、鍋に湯を沸かし塩少々で茹で、冷水にとり、4cmの長さに切りそろえ、1と混ぜ合わせる。
- 3 ぶなしめじは、みりん・しょうゆ・だしを煮立てた中に加え、蓋をして火を通す。(焦げないように気を付ける)
- 4 3に2を加えて少し味を馴染ませ、器に盛り付け、松の実を飾る。