

今月の野菜料理 (18)

野菜料理が面倒、苦手。野菜ってどうやって料理したらいいのかわからない……。と思っている方はいませんか？そんな方のために。主にお料理ビギナー向けにレシピを紹介してみようと思います。今回は市販のだし酢を使って簡単にできる **小松菜のだし酢煮びたし** をご紹介します。

【材 料】 2人分

- ・小松菜 3株
- ・厚揚げ 100g
- ・(お好みの)だし酢 100cc



【作り方】

1. 小松菜は3～4cm長さに切る。厚揚げは1cm幅の拍子切りにする。
2. 熱したフライパンに切った厚揚げを入れて少し焦げ目がつくまで焼く。その後小松菜の茎を炒め、火が通ったら葉っぱの順で炒める。
3. 火が通ったらだし酢を入れてひと煮たちさせ、火を止める。



作りたてでももちろん良いですが、1日置くと味が落ち着きます。
小松菜が余っているときに常備菜で作り置きしておいてはいかがでしょう。



