

#いたキャンふくしま2022ごはん

No. 1

投稿者 @tmk_mama_1120 様

ビーツの葉と茎の佃煮



[材料]

ビーツの葉と茎
ごま油（適量）
白醤油（適量）
砂糖（適量）
生姜（適量）
鰹節（適量）
白ごま（適量）

[作り方]

推しの県産食材はビーツ！

微塵切りしたビーツの葉と茎

胡麻油で炒めて白醤油、砂糖、チューブの生姜で味付け

汁気のあるうちに鰹節と白胡麻

汁気は鰹節に吸って貰います