



ひじきの白和え

材料 (2人分)

- ひじき煮(市販) …… 80g
 - 木綿豆腐 …… 100g
- A** [砂糖 …… 小さじ1
すりごま …… 小さじ1

作り方

- 1 豆腐をキッチンペーパー(2重)に包んで、しばらく置いて、水切りする。
- 2 ボウルに①を入れて、へらなどですりつぶし、**A**を加えてよく混ぜる。
- 3 ひじき煮(市販)を加えて、和える。

調理メモ

水切り時間は30分程度、重しがあれば20分程度で。