



## オリジナルレシピ

野菜工房 店長  
Jr.野菜ソムリエ  
山本 祥恵



### 『オクラの塩麴和え』

#### ◆ 用意するもの ◆ (2~3人分)

オクラ・・・10本

塩麴・・・大さじ1

だし醤油・・・大さじ1

おかか・・・少々

#### ◆ 作り方 ◆

① オクラは1分程度茹でる。

② ザルに上げて、ヘタは切り落とし、輪切りにする。

③ ボールに塩麴とだし醤油を混ぜておき、その中にオクラを入れサックリと和える。

④ お皿に盛り付けて、おかかを上に散らす。

#### ★ POINT ★

ごはんにかけても、冷奴のトッピングにも、美味しくいただけます。

