



「水菜と油揚げのチーズ巻き」

材料（4人分）

油揚げ	4枚
スライスチーズ	4枚
水菜	1袋
ごま油	大さじ1
【たれ】	
砂糖	大さじ1
みりん	大さじ2
しょうゆ	大さじ2
酒	大さじ2

作り方

- ① 油揚げに3辺切り込みを入れて開く。
- ② 油揚げの大きさに合わせて水菜を切る。
- ③ ①にスライスチーズ、②の水菜をのせて、きつめに巻き、巻終わりを爪楊枝でとめる。
- ④ フライパンでごま油を熱し、③を転がしながら油揚げが色づくように焼き、食べやすい大きさに切って皿に盛り付ける。
- ⑤ たれの材料をフライパンに入れて熱し、とろみがついてきたら器に盛った④にかける。

緒方さんからのコメント

パリッと香ばしい油揚げと、水菜のシャキシャキ食感、とろりとしたチーズ、食感の対比がとても楽しいメニューですね。早速試してみたいくなりました!