

# チーマ・ディ・ラパの からし和え



(2人前)

- ・チーマ・ディ・ラパ 適量
- ・からし 適量
- ・醤油 大さじ2
- ・みりん 大さじ1
- ・花かつお 適量

- 1、 たっぷり沸かしたお湯に塩（分量外）を入れ、水洗いしたチーマ・ディ・ラパを茎の部分から茹でる。
- 2、 葉のやわらかい部分を最後に入れて茹で上がったら水でしめ、固く絞ってから5cm くらいの長さに切る。
- 3、ボールに「2」とからし、醤油、みりんを入れてよく混ぜ合わせ、花かつおをまぶす。