



みんなで作ろう！

あおいくんの 旬レシピ

さびめし



【材料】（1人分）

- ・ホカホカご飯
- ・鰹節（適量）
- ・すりおろした有東木のわさび
- ・醤油（お好みで適量）

【作り方】

1. 有東木わさびをすりおろす。
2. ご飯の上に鰹節、おろしたてのわさびをのせ、お好みで醤油をかける。
3. 全体が均等になるように混ぜ合わせる。

【レシピ提供】



有東木「うつろぎ」の皆さん

上品な辛みがツーンと抜ける有東木のわさび。きれいな水と良質な土壌に育まれたこの味をじかに感じられるレシピです。

とてもシンプルな食べ方ですが、わさびのうまみが伝わってくる逸品です。わさびの加減がポイントです。