

アスパラのジュー とれたてを生で

材料(4人分)

グリーンアスパラガス	1束(新鮮なもの)
しょうが(すりおろして)	小さじ2~3
削り節	5g~10g
バター	大さじ5
醤油	大さじ2

- ①新鮮なグリーンアスパラガスをよくあらいます。水気を切って食べやすい斜め切りにします。
- ②①を器に盛り付け、おろししょうがと削り節をのせます。
- ③フライパンにバターを入れて中火にかけ、バターが溶けたら強火にし周囲からこげてきたら醤油を「じゅっ」と回し入れます。
- ④大急ぎで②のアスパラの上に回してかけてください。
よく混ぜてめしあがれ。

* 新鮮なアスパラが手に入ったらぜひためしてみてください。

アスパラの食感が心地よい一品です。

