

シェンパンミィヨウ

香拌蜜魷

(セリとホタルイカのマスタードソース)

材 料

セリ …1束
ホタルイカ…10個
(ボイル)

A	マスタード…大匙1
	葱油 …大匙1
	花椒油 …小匙1
	塩 …小匙1/5
	砂糖 …小匙1/5
	酢 …小匙1/2

作り方

- ① セリは水洗いして7cmに切って、水にさらしてパリッとさせる。
- ② ホタルイカはそうじをしておく。
- ③ Aを合わせて①のセリと②のホタルイカを和えて、器へ盛り付ける。