

## ふきんじい味噌

### ■材料

- ふきのとう……1/2個
- 味噌（みそ）……大さじ4
- 長ねぎ……3cm
- 白ごま（または金ごま）……小さじ1
- かつおぶし……大さじ1
- 柚子（ゆず）の皮……少々



### ■作り方



1. 長ねぎとふきのとうは粗みじんに切る。柚子の皮は針状に切る。
2. すべての材料をよく混ぜ合わせる。



3. タラの切り身にふきんじい味噌を塗りつけ、トースターか魚焼きグリルでタラに火が通るまで焼けば、「タラのふきんじい味噌焼き」ができあがる。



4. 今度は豆腐にふきんじい味噌をのせる。トースターなどに入れ、味噌に焼き色がつくまで焼けば、「豆腐のふきんじい味噌田楽」となる。