

葉わさびの食べ方

★ツンと辛いのが好きな方向け

食べ方 その1

- ① 生の葉わさびを刻む。
- ② ビンなどの密封容器に入れる。
※ここで容器にフタをしてよく振ると、更に辛くなります。
- ③ 熱湯を注ぎ、ふたをする。
- ④ 冷めたら完成！お好みで、お醤油などをかけ召し上がってください。

食べ方 その2

★しょうゆ漬け

●調味液

しょうゆ、酒、みりんを、2：1：1の割合で。

葉わさびを容器に入れ、葉がなじむ程度の量を用意する。

- ① 生の葉わさびを刻む。
- ② ビンなどの密封容器に①と調味液を入れ、フタをしてよく振る。
- ③ 冷蔵庫に一晩寝かせる。
- ④ 翌朝には「葉わさびの醤油漬け」が完成！
熱々のごはんなどにかけて。たまごかけごはんにもピッタリ！

★辛いのが苦手な場合は ...

葉わさびは、刺激を与えると辛味が出ます。

辛いのが苦手な方は、②で刻んだ葉わさびと調味液をいれた後、振らずに③へ。

✦ポイント✦

葉わさびは空気に触れると辛味と風味がなくなります。

密封容器に入れ、お早目にお召し上がりください！

Natural Essay
ナチュラル・エッセイ

<https://natural-essay.jp/>

Web サイト



Instagram



Facebook

