

# 『ブロッコリーとスナップエンドウのだしびたし』

## 材料(5~6人分)

ブロッコリー 1株

スナップエンドウ 大1袋(約400g)

【漬け汁】

だし汁 3カップ

塩・しょう油 各大さじ1/2

塩

## 作り方

- ① 漬け汁の材料を小鍋に入れ、ひと煮立ちさせて冷ます。
- ② ブロッコリーは小房に分け、大きければ縦半分に切る。  
スナップエンドウはへたと筋を取る。
- ③ 塩少々を加えた熱湯でブロッコリーを1分ほど茹で、水気を切る。  
同じ湯でスナップエンドウを1分程茹で、水気を切る。
- ④ とともに保存容器に入れ、漬け汁を加える。

