



## ほうれん草のおひたし

納豆等のお好みの具材をいれていただいても。。

### 材料（3～4人前）

ほうれん草 1束

かつおパック 2袋

ゴマ 大さじ2

京のだし 大さじ3

### 作り方

- 1 ほうれん草を茹でて、食べやすい大きさに切る。
- 2 すり鉢にかつおパックとごまを入れて、しっかりすり合わせる。  
※この時に軽くごまをフライパンで炒っておくとさらに香りがたちます。
- 3 京のだしを入れてよく混ぜる。
- 4 ほうれん草を入れてまんべんなく混ぜ合わせ、盛り付けて出来上がり。

### このレシピで使った商品



京のだし  
かつおパック