

干物のすり流し



材料 (4人前)

カレイ	2枚
豆乳	60cc
オクラ	1本
生姜	少々
薄口	少々

- 1 酒蒸ししたカレイをほぐし、ミルにかける。
- 2 湯がいたオクラ、豆乳を入れトロミをつける。
- 3 薄口で味を調える。おろしショウガを入れる。