

# 縄文のさといものすり流し 源平さくら塩添え

〈使用ブランド:縄文のさといも、源平さくら塩〉



さくら塩が彩る  
やさしい里芋の味!

小矢部ブランド  
webサイト



ふるさと納税  
webサイト





小矢部ブランドで作る  
オリジナル レシピ

レシピ考案  
管理栄養士

山崎亮子



調理時間

約  
30  
分

## 縄文のさといものすり流し 源平さくら塩添え



### ◆材料(4人分)

- 縄文のさといも …………… 2個(160g)
- 酒粕 …………… 大さじ1
- だし汁 …………… 2カップ  
(昆布だしもしくは、水に顆粒の  
粉末だしを溶かしたもので可)
- 塩 …………… 小さじ1/4
- 源平さくら塩 …………… 適量

### ◆作り方

- ① 里芋は、皮付きのまま蒸す。(※水にくぐらせてからラップをし、レンジで3分加熱でも可。)
- ② 箸がスッと通るか確かめ、熱いうちに皮をむく。
- ③ 稲ミキサーに、①・だし汁・酒粕を加えて攪拌(かくはん)する。
- ④ 鍋に入れて、沸々になるまで温める。
- ⑤ 器に注ぎ、さくら塩を飾る。

### ▼使用する小矢部ブランド



源平さくら塩



縄文のさといも