

食用菊の酢の物



材料（4人分）

- ・ 菊の花（食用） 1パック
- ・ きゅうり 1本
- ・ 塩 適量
- ・ 酢（お湯に加える）大さじ 1

（三杯酢）

- ・ 酢 大さじ 3
- ・ 砂糖 大さじ 2
- ・ 塩麹 大さじ 1

作り方

1. 食用菊の花びらをはずして水で洗う。芯の部分はアクが強いので使わない。
2. きゅうりを薄い斜め切りにして軽く塩をしておく。
3. 400ml～500ml の沸騰した水に酢を入れる。火を切ってから花びらを鍋に入れて透明感が出るくらいに余熱でサッと菊を茹でる。
冷水にさらして、水を切る。
4. 三杯酢と菊を和え、きゅうりの上に盛り付ける。

ポイント&その他