



入賞

# 生湯葉ナムル

原田  
ゆかり様

6



## 【材料および分量】

生湯葉、万能ネギ、ニンニク(すりおろし)、白ごま、ごま油、  
しょう油(又は塩)、糸唐辛子(飾り用)

\*分量は全て好みで調整できます

## 【作り方】

- 1……万能ネギは小口切りする
- 2……ニンニクはすりおろす
- 3……器に生湯葉を入れ、万能ネギ、ニンニク、白ごまのをせ、ごま油を少量垂らしたら、しょう油(または塩)をかけ、糸唐辛子を飾る

## 【アピールポイント】

分量等は頂く湯葉の量に応じて、好みで調整する簡単レシピです！

簡単なのにいつもとちょっと違って新鮮！

酒の肴にもおススメできます。

その時の気分で、しょう油味から塩味に変えることも出来ます。

審査員のコメント 単純さの中に、何とも言えないさわやかさがあります。葱、にんにく、ごま、そして唐辛子……この取り合わせは何よりです。好きな方は毎日でもOKでしょう。