



生わかめはその食感と香りの良さから、一度食べると忘れられない味です♪おすすめの食べ方はしゃぶしゃぶ。目の前でさっと茹でてポン酢をつけて食べると絶品です！他にも、お味噌汁や酢の物にももちろんとってもおいしいです！

生わかめの おいしい食べ方

材料

生わかめ お好きな量

作り方

1. 生わかめをザルに入れて洗い、磯臭さを取り除く。
2. しゃぶしゃぶの場合はそのまま使用する。さっと鍋に入れてくぐらせ、色が茶色から緑色になれば食べられる。
3. 味噌汁や酢の物、サラダなどにする場合は、沸騰した湯の中に入れ、全体の色が緑色に変化したらザルにあげ、冷たい水で冷ます。水気を絞って食べやすい大きさにカットしたら完成。