



I・V・Aレポート

認定No.

ニックネーム:

226

トマトのヘタ

タイトル:

初、ウド！

学習資料が届きました。初、ウドです！！  
どうやって食べるの？と、調べたところ、  
酢水で10分ほどあく抜きをし、調理するとのこと。  
天ぷらや和え物、お味噌汁と色々と出来そうでしたが…  
今回は初めてでしたので、  
簡単にさやまめとツナとの和え物にしてみました。  
一口目は大葉？！と思いましたが、  
いえいえ、噛むほどにウドの特徴がよく分かりましたよ～！！  
これがウドなのか～

