

現代風の七草粥



▼材料（4人分）

- 米 …1/2 カップ
- 水 …5 カップ
- 大根の葉 …少々
- かぶらの葉 …少々
- セロリの葉 …少々
- 小松菜の葉 …少々
- 法蓮草の葉 …少々
- A：
 - ・昆布茶 …小1
 - ・塩 …小1

▼作り方

- ① 菜類は塩湯でさっと茹でて刻む。
- ② 米を洗って土鍋に入れ、①、水、Aを加える。
- ③ 沸騰するまで強火、沸騰したら弱火にして40分ほど炊く。
- ④ ①をさっくりと混ぜる。