

# なごにわの 伝統野菜茶漬 お召し上がり方

その壺 まず、カニだしを作ります。

鍋にお水150ccを入れ、カニだし1袋を入れて炊きます。  
鍋のふちが沸騰してきたら火を中火にして1分間煮出します。  
火を止めてだし袋を絞ってから取り出します。

その式 お茶碗に温かいご飯を8部目よそいます。

その参 『その式』にカニフレーク・伝統野菜を盛り付け  
『その壺』のだしをかけます。

その四 付属の刻み海苔を全体に振りかけて  
できあがりです。

