

しらすのペースト



材料（約5回分）

しらす干し・・・50g

※できあがったしらすのペーストは冷凍保存も可能です。
1週間を目安になるべく早く使い切りましょう。

作り方

①しらす干しを熱湯でさつとゆでる。



②水気を軽く切り、みじん切りにする。



③すり鉢でつぶす。



10倍がゆに
手作りソースを混ぜて
アレンジ♪