

# 久慈川 水ふきの かんたんスティックの作り方



## 《作り方》

塩での板ずりは必要ありません。

- ① 鍋の大きさに合わせて切り 7～8 分程度（太さによって）、蒸すか茹でてください。
- ② その後、すぐ冷水で冷やし皮をむきます。  
茹でると指が汚れません。

出来上がりです！！ 氷などで冷たくしてご賞味ください。

混ぜご飯、納豆和え、しらす和え、サラダやキムチ等にも良く合います。もちろんキャラブキにすると最高に美味しいです。

歯切れと食感の良さをお試しください！！