

料理名	ミミガーと長命草のピーナッツ和え
材料	サクナ 5 枚 スライスミミガー 50g スーナ 25g
副材料	ピーナッツバター 20g みそ 20g みりん 小さじ 1 酢 少々
調理方法	1. 副材料を混ぜ合わせる。 2. ミミガーを塩茹でする。 3. サクナを千切りにし、水でさらして水を切る。 4. スーナを塩抜きにして茹でる。 5. (2)～(4)を合わせて、(1)と和える。
調理イメージ	
調理試演者	
参考事項	
出典	沖縄県『沖縄 100 の健康料理』沖縄県農林水産部 流通政策課 https://kuwachii-okinawa.com/recipe/2901/
情報提供者	