

京都ちーびず
超かんたんレシピ
simple recipes



木綿豆腐の緑茶ペースト田楽

木綿豆腐は水切りしておく。緑茶ペーストに白みそを少し加えてよく混ぜる。
水切りした豆腐に緑茶ペーストをぬって、グリルかトースターで焼き色がつくまで焼く。
お皿に盛って、ごまを少しかける。

焼きおにぎりにも挑戦しましたが、火が強すぎて焦げた教訓を活かし、弱火で焼きました。なかなかの美味。
ちなみに茶色い方は井手町・かあちゃん味噌グループのごま味噌だれ。



キュウリとささみの 煎茶マヨドレッシング和え(棒棒鶏風)

ささみは湯がくかレンジでお酒をふってチン。さめたら食べやすい大きさに割しておく。
割いたささみの上に細切りしたキュウリをのせ、煎茶ドレッシングにマヨネーズを加えたソースをかける。



たけのこの緑茶ペースト和え

スライスしたタケノコ（湯がいたもの）を薄めのお出汁で下味をつけておく。
緑茶ペーストにみりん少々、お酢少々、お味噌少々を加え、あえる。
とても良いお味になりました^^



ちーびず推進員
岡元麻有

色目はお料理にとって大事なので、例えば「サラダ」にはゆで卵、レモンピールなど、黄色い色があるとさらにおいしく見えると思います！



ちーびず推進員
岡元麻有

煎茶ドレッシング、緑茶ペースト共に佃煮がベースになっている和風な調味料です！



水菜とカリカリきつねサラダ

和東でも地産地消で取り組んでいるおいしい水菜。写真は和東産ではありませんが、水菜を食べやすい大きさに切り、その上にグリルでカリッと焼いた薄揚げをのせる。
ドレッシングをかけて完成！



アボカドとトマトのサラダ

和風なので、良くあいます！

京都ちーびず
超かんたんレシピ
simple recipes

各地のちーびず製品はとっても魅力的！
買いたい！買ったけど、どうやって使ったらいいの？...にちーびず推進員がお試し超簡単レシピをご紹介します！
今回はお茶、ということで、この商品。



お茶に恋する♪ 煎茶ドレッシング、緑茶ペースト

和東町、恋茶グループ（和東茶カフェ内）
和東の女性グループがつくるお茶特産品は人気です。生野菜や温野菜と相性が良い煎茶ドレッシング、また山椒がきいた緑茶ペーストはパンやお豆腐にそのままのせてもOK。食べて味わうお茶です。ドレッシング（150ml）：700円、ペースト（60g）：500円

購入できる場所

和東茶カフェ

相楽郡和東町白栖大狭間 35
TEL・FAX：0774-78-4180

