

07 | えごまのオイルペースト (ジェノベーゼソース)

材料(2人分)

| | |
|---------------------------------|---------------|
| ・えごまの実 [*] 大さじ 1 | ・塩..... 3~5g |
| ・えごまの葉..... 30g | ・にんにく..... 1片 |
| ・油 [*] 100g | |

★オリーブオイルや米油を使いましょう。

1. ミキサーに油、手でちぎったえごまの葉、にんにく、塩を入れ、スイッチを入れて混ぜ合わせます。
2. 最後にえごまの実を入れ、えごまの実のプチプチ感を残すため、少しだけ混ぜます。

