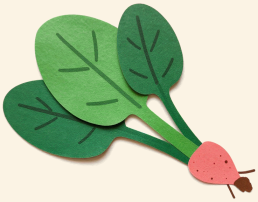
ゆでて水にさらす



1 根元を洗う

根元に土が入るので、
水につけて洗います



2 たっぷりの湯で

塩を少し入れて、1分ほどゆでます



3 すぐ冷水へ

水にさらして、あくを抜きます

あくの元はシュウ酸。ゆでて水にさらします