

スープ・パツ（ヘチマのつると花の胡麻とスパイスの和えもの） [06S2]

材料 （約5人分）

ヘチマのつる、やわらかい葉、花、蕾
 500グラム
 （かぼちゃ、にがりの同じ部分でもよい）
 にんにく 5かけ
 しょうが 50グラム
 生唐辛子 4～5センチの長さ
 のもの 1本
 すり胡麻 大さじ 1
 ナンプラー（魚醤） 大さじ 1
 塩 小さじ 半分



盛りつけ

調理

1. にんにく、生唐辛子、しょうが約25グラムを黒い焦げ目が付くまで焼く。
2. 1. をすりつぶした後で、すり胡麻を加え、調味料としてナンプラー、塩、おろししょうが（約25グラム）を交ぜる。
3. ヘチマのつる、葉、花、蕾を沸騰したお湯に入れて、約20秒ほどで取り出し、冷水にさらし、約5センチの長さに切る。
4. 3. に 2. をあわせて和える。

ポイント：ヘチマのつる、葉、蕾があまりやわらかくなりすぎないようにゆでる。

材料の加工状況



ヘチマのつる



1. にんにく、生唐辛子、しょうがを焼く



2. 焼いたものをすりつぶす



3. ヘチマのつる等をゆがく



4. さました後、スパイスと和える