

ひじきの佃煮



材料名（4人分） g

- ひじき 8g
- チリメン 16g
- 梅肉 16g
- 白ごま 大さじ2
- しょうゆ 小さじ1/4
- みりん 小さじ1/4

作り方

- ① チリメン、白ごまをフライパンで乾煎りする。ひじきは水で戻し、柔らかくなるまでボイルし、火が通ったらフライパンで炒め、水気を飛ばす。
- ② ①に梅肉、しょうゆ、みりんを合わせて味を調えれば完成☆

