

小松菜のゴマ和え



材料名 (4 人分) g

- | | |
|--------|-------|
| ・ 小松菜 | 80 |
| ・ 大根 | 36 |
| ・ にんじん | 12 |
| ・ ちりめん | 40 |
| ・ しょうゆ | 小さじ 2 |
| ・ 三温糖 | 小さじ 2 |
| ・ 白ごま | 8 |
| ・ 酢 | 小さじ 2 |
| ・ 塩 | 小さじ 1 |

作り方

小松菜は食べやすい長さに切り、大根とにんじんは千切りに切る。
白ごまとちりめんはきつね色になるまで炒る。

大根と人参は水から茹でて火を通す。
小松菜は沸騰した湯に入れ、濃い緑色になるまで火を通す。

ボウルに調味料を全て入れて味を整え、水をしっかり切った野菜、白ごま、ちりめんを入れて混ぜ合わせる。

和え物

