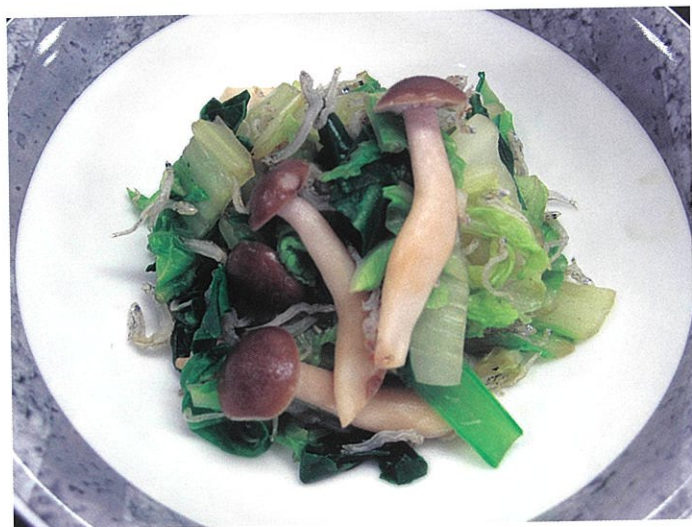


06 白菜のちりめん和え



- * キャベツ、ほうれん草、えのきだけなど、他の野菜やきのこでもOK！。
- * ちりめんの塩味で、しょうゆを控えることができます。
- * ポン酢しょうゆで和えても、さっぱりといただけます。

Recipe

●材料(4人分)

| | |
|------|--------|
| 白菜 | 2枚 |
| 小松菜 | 1株 |
| しめじ | 1/2パック |
| ちりめん | 適量 |
| しょうゆ | 大さじ1/2 |

●作り方

- ① 白菜は縦半分に切り、2cm幅に切る。
- ② 小松菜はゆでて水にさらし、2cmに切る。
- ③ しめじは石づきを取ってほぐす。
- ④ 白菜としめじをゆでて冷やす。
- ⑤ 水気を絞った野菜にちりめんを加え、しょうゆで和える。