

ほうれん草の和風サラダ

<4人分>

○ほうれん草 1袋 (3~4cmざく切り)

○えのき 1袋 (石づきをとって, 1/2に切る)



① ゆでる → 水で冷やす → 水気を切る

○しょうゆ 大1・小1

○砂糖 大1・小1

○サラダ油 大1・小2

○酢 大1・小2

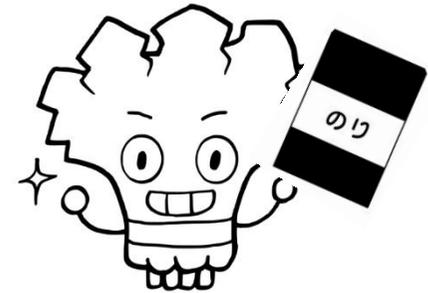
○塩・こしょう 少々



② 調味料を全て合わせ, よく混ぜる

○板のり 2枚 (細かくきざむ)

③ ゆでた野菜に調味料を合わせ, 最後のにりを合わせる



※ ポイントは, のりはたっぷり使うこと♪