

小松菜のごま味噌和え



<材料 4人分>

1人前 65 kcal

小松菜 200g

味噌 小さじ1強

いりごま(白) 大さじ2

みりん 小さじ1

<作り方>

1. 小松菜は塩少々を加えた湯でゆでる。
冷水に取って水気を絞り2cm程度に切る。
2. いりごまはすり鉢でよくすり
味噌とみりんを加えて混ぜ合わせる。
1を加え、よく和える(a)。
3. 器に盛り、いりごま少々(分量外)をふる。



- (a) いりごまはすり鉢でよくすり
味噌とみりんを加えて混ぜ合わせる。
1を加え、よく和える。