

とっておきレシピ
RECIPE

もやしと三つ葉の和風ナムル



材料

(2人前)

成田もやし1/2袋 (125g)

三つ葉 (1束)

青じそ (3枚)

もみ海苔 (適宜)

【調味料A】

ごま油 (大さじ1)

酢 (大さじ1)

砂糖 (小さじ1/2)

醤油 (小さじ2/3)

作り方

1. 成田もやし、三つ葉は軽くゆで、水に取り絞り3~4cmに切る。
2. 青じそを千切りにする。
3. (1)と(2)混ぜ、調味料Aであえ、もみ海苔をふる。