

Let's cook!

納豆和え



【材料(5人分)】

- ・ひきわり納豆 1パック
- ・キャベツ 100g
- ・ほうれんそう 1束
- ・にんじん 1/2本
- ・みそ 小さじ2
- ・しょうゆ 小さじ1
- ・さとう 少々
- ・ねり梅 小さじ1
- ・きざみのり 適量

《作り方》 ※給食では衛生管理上、野菜を全て加熱しています。

①キャベツとにんじんは、千切りにしてゆでて冷まし、水気をきる。

ほうれんそうは、ゆでて冷まし、水気をしぼって2cm幅に切る。

②納豆に、Aを入れ、よく混ぜて、①ときざみのりを入れて、和える。

★きざみのりのかわりに、かつおぶし(1パック)を使ってもおいしく仕上がりますよ!

