

副食

大根とにんじんの葱油あえ

[1人分] エネルギー：83kcal 塩分：1g



材料 [4人分]

- 大根：300g
- にんじん：80g
- 小ねぎ：1束
- ごま油：大さじ2
- 塩：小さじ1

作り方

1

大根とにんじんはせん切りにします。小ねぎは小口切りにします。

2

フライパンにごま油を入れて温めて、小ねぎをさっと炒めます。火を止めて"1"を入れて混ぜます。