



小松菜のお浸し

調理時間 /
5
min

材料（2人分）

小松菜	1/2束
塩	適量
◆水	大さじ1/2
◆しょうゆ	小さじ1/2
◆だしの素	小さじ1/2
鰹節	適量

作り方

- ① たっぷりのお湯に塩を入れ、小松菜を茹でる。
- ② 冷水に移して水気を絞る。
- ③ 食べやすい大きさに切り、◆であえて鰹節をかける。



胡麻をいれて、ごま和えにしても良し！