

「ほうれんそうのちりめんじゃこ炒め」



榎本校区

【材料(2人分)】

- ほうれんそう 1束
- 上乾ちりめん 30g
- ごま油 大さじ1
- (お好みで すりごま少々)



【作り方】

1. ほうれん草は、葉と茎にわけ3cm長さに切る。
2. フライパンにごま油をいれ、ちりめんじゃこと茎を炒める。しんなりしたら、葉も加え、さらに炒める。
3. 器に盛る。好みですりごまをかけてもよい。