

食材2つだけ!

かにかま

×

豆苗



調理時間

5分

かにかまで彩り良し◎

豆苗とかにかまの柚子胡椒ポン酢あえ

材料 (2人分)

かに風味かまぼこ…………… 4本

○ポン酢…………… 大さじ2

豆苗…………… 1パック

○ゆずこしょう…………… 小さじ1/2

白いりごま…………… 小さじ1/2

○ごま油…………… 小さじ1

1 材料を切る

豆苗は根元を切り落とし、長さを半分に切る。かにかまは食べやすい大きさに手でさく。

2 電子レンジで加熱する

耐熱ボウルに豆苗とかにかまを入れる。ラップをかぶせ、600Wの電子レンジで1分加熱する。○といりごまを加えて和える。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索