

食材2つだけ!

ちくわ

×

小松菜



調理時間

15分

プラス 1 品にぴったりのお手軽レシピ

ちくわと青菜のマヨ醤油炒め

材 料 (2人分)

ちくわ 3本

小松菜 3株

○マヨネーズ ... 大さじ1と1/2

○だししょうゆ 大さじ1

○こしょう 少々

サラダ油 小さじ2

1 材料を切る

小松菜は4cmの長さに切る。ちくわは小松菜の長さにそろえて斜めに切る。

2 炒める

フライパンにサラダ油を入れて中火にかけ、小松菜の軸を1分炒める。小松菜の葉とちくわを加え、小松菜の葉がしんなりするまで炒める。○を回し入れ、全体を炒め合わせる。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索