

食材2つだけ!

もやし

×

明太子



調理時間

5分

電子レンジで作るお手軽レシピ

もやしの明太子バター和え

材料 (2人分)

もやし 1袋

明太子 1/2腹

○バター 5g

○しょうゆ 小さじ1〜

(明太子の塩分によって調節)

○こしょう 少々

1 レンジ加熱する

明太子は薄皮から取り出す。耐熱ボウルにもやしを入れてラップをかぶせ、600Wの電子レンジで2分加熱する。

2 和える

もやしから出た水分を切り、あついうちに明太子と○を入れて和える。



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索