

## 野菜たっぷりクッキング

### 小松菜のおろし和え

12月

材料	2人分	作り方
小松菜	150g	① 小松菜は茹でて水にとり、3cm長さに切って水気を絞ります。
大根	140g	② 大根はすりおろし、軽く水気をきります。
しらす干し	20g	③ 焼きのりは食べやすい大きさにちぎります。
焼きのり	1/8枚	④ 大根おろしとポン酢しょうゆを混ぜ、小松菜としらす干しを加えて
ポン酢しょうゆ	大さじ1	混ぜ合わせ、焼きのりを飾ります。

