

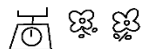
つくってみませんか？

キャベツの芯の部分は薄く切って使います。

<キャベツのおかか和え>

材料(4人分)

キャベツ(短冊切り)	…	150g
チンゲンサイ(2cm切り)	…	80g
きゅうり(3mm切り)	…	50g
にんじん(千切り)	…	30g
○しょうゆ	…	大さじ1/2
○かつお節糸削り	…	3g



作り方

- ① 野菜はゆでて冷ましておく
- ② 野菜に○を和えて、できあがり

