

## つくってみませんか？

ごはんには焼き肉とナムルをトッピング♪混ぜながら食べよう



### < ビビンバ (ナムル) >

#### 材料(4人分)

こまつな(2cmカット)	…	100g
もやし	…	100g
にんじん(千切り)	…	30g
いりごま	…	小さじ2
○食塩	…	ひとつまみ(0.5g)
○鶏がらスープ(顆粒)	…	小さじ1
○ごま油	…	小さじ1

#### 作り方

- ① 野菜はゆでて冷まし、水気を切る
- ② ○の調味料を入れて和え、いりごまを入れて混ぜて出来上がり

