

# つくってみませんか？

甘辛い油揚げがおいしいナムル



## <油揚げと白菜のナムル>

### 材料(4人分)

油揚げ(油ぬきし横半分1cm幅)	…	1枚(25g)
○さとう	…	大さじ1/2
○しょうゆ	…	小さじ1
はくさい(1cm幅に切る)	…	200g
こまつな(2cm幅に「切る)	…	80g
○しょうゆ	…	大さじ1/2
○ごま油	…	小さじ1強
○白いいりごま	…	小さじ1

### 作り方

- ① 油揚げはさとうと醤油で下煮し、冷ましておく。
- ② 白菜と小松菜はゆでて冷まし、水を切る。
- ③ 1と2を合わせて、しょうゆ・ごま油・ごまを入れて和えてできあがり。

