

あつさり美味しい！
ちりめんと小松菜の煮物



天日干し
ちりめん

つくりかた。

材料
(2人前)

小松菜(4cmに切る)	1/2把
ちりめん	大さじ3
だし汁	1と1/4カップ
さけ	大さじ1/2
しょうゆ	小さじ1/2



1. なべに出汁、さけ、しょうゆを入れ、ちりめんを入れる。



2. 出汁を煮立たせ、小松菜を入れ、さっと煮る。



3. 5分ほどおいて、出汁がしみこんだらお椀に盛りつけてできあがり。