

A recipe card for 'Snappers' (スナッフえんどうのごま和え) is presented within a decorative frame of light brown branches and green leaves. At the top center, a yellow banner contains the title. The card is divided into three columns: 'Materials (4 servings)', 'Ingredients', and 'Preparation'. The ingredients list includes Snappers, ginseng, white sesame seeds, dashi, soy sauce, and white sugar. The preparation steps are numbered 1 through 4, detailing the process from cutting the snappers to the final seasoning. A small, cute orange bird is perched on a branch at the bottom left of the frame.

スナッフえんどうのごま和え

材料 (4 人前)

スナッフえんどう	約 10 本 (100 グラム)
人参	1/4 本
白すりごま	大さじ 1
和風顆粒だし	少々
しょうゆ	小さじ 1
上白糖	小さじ 1

作り方

- ① スナッフえんどうの筋をとり、半分に切る。
- ② 人参を千切りにする。
- ③ ①のスナッフえんどうと②の人参をお好みの硬さに茹でる。
- ④ ③のあら熱がとれたら、すりごま・顆粒だし・しょうゆ・上白糖を入れ、和える。味が整ったら完成です♪