



三色ナムル

材料(4人前)

ほうれん草	1/2 束
人参	1/3 本
きゅうり	1/3 本
こいくちしょうゆ	小さじ
ごま油	少々
米酢	小さじ1
きび砂糖	少々

作り方

- ① ほうれん草はざく切り、人参ときゅうりは千切りに切る。
- ② ほうれん草と人参を下茹でし、冷ます。
- ③ 調味料を合わせて、切った野菜を和える。

味が整ったら完成です♪

