



鳥飼ナスくん

新献立

おいしい! たのしい!  
摂津市給食レシピ!



セッピー

# キャベツのゆかり和え

## <キャベツのゆかり和え>

平成30年4月13日の献立 (材料は1人分)

### 〔材料〕

キャベツ	30g
もやし	10g
にんじん	5g
しそふりかけ	0.2g
淡口醤油	0.8g
サラダ油	0.3g



### 〔作り方〕

キャベツ…短冊に切る  
人参…千切りにする

- ①サラダ油を熱し、人参、キャベツ、もやしを入れ炒める。
- ②しそふりかけ、淡口醤油で調味し、味を調える。

簡単に出来ます。  
ぜひ、ご家庭でも作っ  
てみてください!

さっぱりとした、風味のある和え物です。  
食欲がそそります!

