

## 宇治産“ほうれん草”とカリカリじゃこのお浸し



### 材料(1人分)

ほうれん草	50g
ちりめんじゃこ	5g
めんつゆ	5g
ごま油	少々
かつおぶし	少々
塩	1つまみ

### 作り方

- ちりめんじゃこをフライパンで乾煎りする。
- 塩を1つまみ入れた湯で、ほうれん草をさっと湯がいて食べやすく切る。
- と を合わせ、めんつゆ・ごま油・かつおぶしで和える。