

# ほうれん草とちぎり豆腐の黒胡麻和え



## 材料（1人前）

ほうれん草	60 g
絹ごし豆腐	15 g

### 調味料

濃口醤油	4 cc
砂糖	2 g
黒すり胡麻	5 g

## 作り方

ほうれん草は洗って茹でて、水気を絞って4 cm くらいに切る。  
絹ごし豆腐は水切りして2 cm 角にちぎる。  
ボールに と調味料を入れて和える。