

## お餅の「冬しぼり」中華あんかけ



調理時間：10分

エネルギー（1人分）：274kcal

作り方：

1. もやしは根を取る。しめじは石づきを取り、小房に分ける。
2. ごま油を熱し 1 の野菜を炒め、「冬しぼり」、鶏ガラスープ、しょうゆ、砂糖、塩・こしょうを加え、沸騰したら[A]水で溶いた片栗粉でとろみをつける。
3. 焼いた餅を器にのせて 2 をかける。

材料：（2人分）

「冬しぼり」（160g）・・・1缶

もやし・・・50g

しめじ・・・50g

ごま油・・・大さじ1/2

鶏ガラスープ1/4～1/3カップ

（顆粒鶏ガラスープの素ひとつまみ）

しょうゆ・・・大さじ1

砂糖・・・小さじ2/3

塩・こしょう・・・各少々

[A]

片栗粉・・・大さじ1

水・・・大さじ2

餅・・・4コ

メモ



このレシピは「お餅の「冬しぼり」中華あんかけ」を使っています。

カゴメ健康直送便の商品はお電話でもご注文いただけます

 0120-719-899

（承り時間：毎日9:00～21:00）

（12/30～1/3の期間を除く土・日・祝日も承ります。）

Copyright © 2012 KAGOME CO., Ltd. All rights reserved.