

小松菜ときのこの煮びたし



1人あたり
75kcal
塩分 1g

材料(4人分)

・小松菜	・・・1束	・水	・・・2カップ
・豚薄切り肉	・・・60g	・酒	・・・大さじ2
・エリンギ、まいたけ	・・・各1/2パック	・しょうゆ	・・・大さじ1
		・みりん	・・・大さじ1

作り方

- ① 小松菜は5cmの長さに、きのこは食べやすい大きさに切っておく。
- ② 鍋に水と調味料を加え、一煮立ちしたら豚肉を加える。
- ③ 次に小松菜、きのこの順に鍋に入れ、火が通りしんなりとするまで煮る。