

作ってみよう！おすすめレシピ

ピリ辛もやしナムル



材 料 (作りやすい量)	作 り 方
<p>もやし 1袋</p> <p>塩 パラパラ</p> <p>中華風スープ (チューブに入ったもの) 1~2cm くらいしぼりだす</p> <p>ごま油 大さじ1と1/2</p> <p>酢 大さじ1</p> <p>しょうゆ タラッとかけるくらい</p> <p>一味唐辛子 好みの量</p>  	<p>〈作り方〉</p> <p>① 耐熱ボウルにもやしを入れ、塩をパラパラとかける。</p>  <p>② レンジで2分くらいチン！！</p>  <p>③ 少し冷めたら、ボウルにたまった水を捨てる。</p> <p>④ {の中の調味料を混ぜ合わせる。</p> <p>⑤ ③と④をよく混ぜ合わせたらできあがり！！</p>  <p>ピリッと辛いものを食べると食欲が増し増しになりますね♥</p>



河野 展大先生のおすすめレシピ♥です！
 いつもは、2袋を一度に作ってぺろりと食べてしまうくらいおいしいナムルです！もりもり食べてもらいたいですね。

