

# 白菜とほうれんそうのおひたし



## 材料 2 人分

白菜	100g
ほうれん草	60g
しらす	4g

かつお・昆布だし	80g
酒	小さじ 1/2
☆ みりん	小さじ 1/2
しょうゆ	小さじ 1/2

かつお節	少々
レモンの皮	少々

## 作り方

- ① 白菜は短冊切りにしてゆでて、水気をしぼる。
- ② ほうれんそうはゆでてから水気をしぼり、3cmの長さに切る。
- ③ ☆を合わせて火にかける。冷めたら①②としらすと混ぜる。
- ④ かつお削り節、レモンの皮の千切りをのせて完成。