

## 雪国しめじの梅おかか和え



### 材料 ④ (2人分)

雪国しめじ・・・1/2パック

梅干し(小梅)・・・4個

鰹節・・・適量

大葉・・・2枚



● 1人分／約6kcal

🕒 調理時間／約3分

### 作り方 ④

1 雪国しめじは子房にさき、レンジにかける。

2 梅干しは種を取り、果肉をたたき、鰹節、(1)と和える。

3 彩りに大葉を添える。