



おいしく・健康的に 食べよう  
**Kitchen Smile**  
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



もやしと  
キムチは  
韓国レシピの  
定番コンビ！



一人あたりのエネルギー	食塩相当量	調理時間
56kcal	1.7g	約 10分

この表示値は目安です

### ■材料 (2人分)

もやし(200g入).....1袋  
しょうゆ.....小さじ1/2  
A ごま油.....小さじ1  
白菜キムチ.....100g  
焼きのり.....2枚

### ■作り方

- ①もやしはひげ根を取り流水でさっと洗い、熱湯で1分程度茹で、ザルにあげてしっかり水気を切る
- ②キムチはひと口大に切っておく
- ③焼きのりは1枚を8等分に切る
- ④ボウルにAをあわせる
- ⑤④に①と②を入れて和え、器に盛り、③で巻きながらいただく



焼きのりはちぎって混ぜ合わせてもおいしくいただけます！

cooking memo