



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.



蒸し大豆を使ってみよう!

## 大豆もずく



一人あたりのエネルギー <b>73kcal</b>	食塩相当量 <b>1.1g</b>	調理時間 <b>約5分</b>
------------------------------	----------------------	--------------------

この表示値は目安です

### ■材料 (2人分)

A 蒸し大豆…………… 60g  
味付もずく(三杯酢) …… 2パック  
おろししょうが…………… 小さじ1/2  
おろししょうが…………… 小さじ1/2

### ■作り方

- ①Aをボウルに入れてあわせる
- ②❶に盛り、おろししょうがをのせる

cooking memo