

白菜のピーナッツ和え

材料	分量(4人分)
白菜	180g
ニンジン	40g
ちくわ	2本(60g)
炒りピーナッツ	20g



調味料	
砂糖	大さじ1/2
しょう油	大さじ2/3

作ってみてね



白菜のピーナッツ和え

- ① ニンジン 白菜を茹で 水気をきる
- ② ピーナッツをすり鉢で細かくし、調味料を加える
- ③ ニンジン 白菜とちくわを②で和えて器に盛る

◆ 白菜の水気はしっかりとしぼりましょう
水分が多いと味が薄くなってしまいます