# もやしと切り干し大根のごま酢和え

| 材料（４人分） | | 切り方 | 作り方 |
|---|---|---|---|
| もやし | １６０ｇ | | ①しょうゆ～ごま油を煮立て野菜を入れてれて人煮立ちさせ、最後にごまを入れる。 |
| にんじん | ２０ｇ | せん | |
| 切り干し大根 | １６ｇ | ３ｃｍ | |
| 油揚げ | １４ｇ | せん | |
| しょうゆ | １２ｇ | | |
| 酢 | ８ｇ | | |
| 三温糖 | ４ｇ | | |
| ごま油 | １．６ｇ | | |
| ごま | ４ｇ | 半ずり | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |