

サラダかぶ雪の華の葉を使った カブの葉ナムル

<< やわらかい葉がナムルにピッタリ!! >>



----- 材料 (2人分) -----

サラダかぶ雪の華の葉 1株分
ローストくるみ 3粒

A

{	ごま油	大さじ 1
	すりおろしニンニク	1/3 片分
	ダシダ	小さじ 1/2
	輪切り唐辛子	(お好みで)

----- 作り方 -----

- ① サラダかぶの葉は、電子レンジ 600W で 1 分半～2 分温め、5 cm 長に切る。
- ② ローストくるみはお好みの大きさに砕く。
- ③ ①と②をボールに入れて A を和えたら皿に盛り、お好みで輪切り唐辛子をのせる。

※POINT

ダシダがない場合は鶏がらスープの素で代用できます。

