

じゃこのにらの冷奴

材料 (1人分)

豆腐	1/6丁
ちりめんじゃこ	2g
干しエビ	1g
にら	2g
ごま油	1g
しょうゆ	1g



作り方

- ①にらは小口切りにする。じゃこ干しエビは湯通ししておく。
- ②フライパンにごま油を熱し、にら、じゃこ、干しエビを炒めてしょうゆで味をつける。
- ③豆腐の上に②をのせる。