

## ほうれん草の3色和え

\*材料\* (4人分)

ほうれん草	1把 (300g)
かにかまぼこ	30g
玉子	1個
油	適量
マヨネーズ	大さじ1.5
しょうゆ	小さじ1
白いりごま	小さじ2



\*作り方\*

- ①ほうれん草はゆでて、3～4cmの長さに切っておく。玉子は薄焼き卵にし、ほうれん草と同じ長さの細切りにする。かにかまぼこは半分に切り、ほぐしておく。
- ②マヨネーズ、しょうゆを混ぜ、①と和える。ごまをふって出来上がり。