

\ Let's cook! /

料理名

作った写真を
はり付けてみよう



コメント

材料：4人分

- さつまいも：2本
- ほうれん草：1束
- 白ごま：大さじ2
- 醤油：大さじ1
- 砂糖：小さじ1
- ごま油：小さじ2

作り方

1. さつまいもは蒸して皮をむき、一口大に切る。
2. ほうれん草を湯がいて冷水にさらし、水気をしっかり絞って切る。
3. 白ごまをすり鉢で軽く潰し、醤油、砂糖、ごま油と混ぜ合わせる。
4. さつまいもとほうれん草をゴマダレで和える。