



白菜もやし

サラダチキン和え

### 冬の定番～白菜レシピ③

## 白菜もやしサラダチキン和え

#### 材 料 (2~3人分)

- 白菜 ..... 1/4個
  - もやし ..... 1袋
  - サラダチキン ..... 1/2袋
  - ★しょうゆ ..... 大さじ1
  - ★ごま油 ..... 大さじ1/2
  - ★みりん・酒・砂糖・酢 ..... 各小さじ1
  - ★だしパック(中身) ..... 小さじ1/4
- ※まるものだしパック使用

- ① 白菜を細長く切る。サラダチキンを細かく裂く。
- ② 鍋にお湯を沸かし、白菜・もやしを茹でて水気を絞る。
- ③ ボウルに②とサラダチキン、★を加えて混ぜ合わせてできあがり♪
- ④ 冷めたら冷蔵庫に入れて1日置くと味がよく染みます。

#### コツ・ポイント

- 白菜は根元から先に茹でて、少ししてからもやしと白菜の葉を茹でてください。
- 白菜・もやしの水気はよく絞ってから和えてください。
- 味つけはお好みで調整してください。