

もやしとしめじの梅肉和え



【材料（2人分）】

- もやし 1袋
- しめじ 1袋（小）
- 梅干し（梅肉チューブ可） 1～2個
- ポン酢 大きじ1
- 大葉・いりごま お好みで

【作り方】

1. 洗ったもやしをザルにあげ、しめじと合わせて耐熱皿に移す。
2. 電子レンジ（**600W**）で約**3**分加熱する。
3. 水分をしっかりと絞り、粗熱を取る。
4. 梅干しの種を取り、1のもやしとしめじを和える。
5. 器に移し、ポン酢と好みで大葉（刻み）やいりごまをかけて、完成。