

## チンゲンサイの白和え



### 材料（4人分）

チンゲンサイ・・・2株

にんじん・・・40g

シイタケ・・・2個

木綿豆腐・・・120g

④ { 薄口しょうゆ・・・大さじ1  
砂糖・・・大さじ1  
ごま・・・20g

### 作り方

- ① チンゲンサイはゆでて、水けを絞って1～2cm程度に切る。
- ② シイタケはスライス、にんじんは千切りにする。鍋でゆでてざるに取り、しっかり冷ます。
- ③ 豆腐をサッとゆでて、布巾でしっかり絞り、④を入れ和える。
- ④ ③に①と②を入れ、和える。