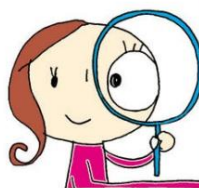


かぶの塩麴焼き



塩麴が かぶの葉のほろ苦さと
実の甘さを引き立てます。

ゆっくりよくかんで
歯ごたえも楽しむ一品。

1人分

エネルギー 43kcal



●材 料●（2人分）

かぶ	小2個（140g）・・・皮をむき、くし形切りにする。
かぶの葉	40g・・・・・・・・・・3cm長さに切る。
塩麴	小さじ1
ごま油	小さじ1
こしょう	少々



●作 り 方●

- ① かぶ、かぶの葉、塩麴をあわせ、5分程度おく。
- ② ごま油をあわせて、ホイルの上に並べる。
- ③ トースターで加熱（約6分）し、こしょうをふって味を調える。