

アスパラのあえもの



材料

グリーンアスパラガス	2〜3本
ねりごま黒	大さじ1
めんつゆ	大さじ1

できあがり 1人分

作り方

- ① アスパラを茹で食べやすい大きさに切る。
- ② ねりごま黒とめんつゆを混ぜ合わせる。
- ③ ①を皿に盛り、②をあえる。