



たべて
／ けんこう ／



雲南百薬のポン酢和え



材料(2人分)

雲南百薬

100 g

ポン酢

大さじ 1 / 2

花かつお

1 g

作り方

- 1 雲南百薬は水洗いする
鍋にお湯を沸かし茹でる（2～3秒）
- 2 水を入れたボールに茹でた雲南百薬を入れ、冷まし水気を切る
- 3 お皿に盛り付け、ポン酢で味付けし、花かつおをのせる