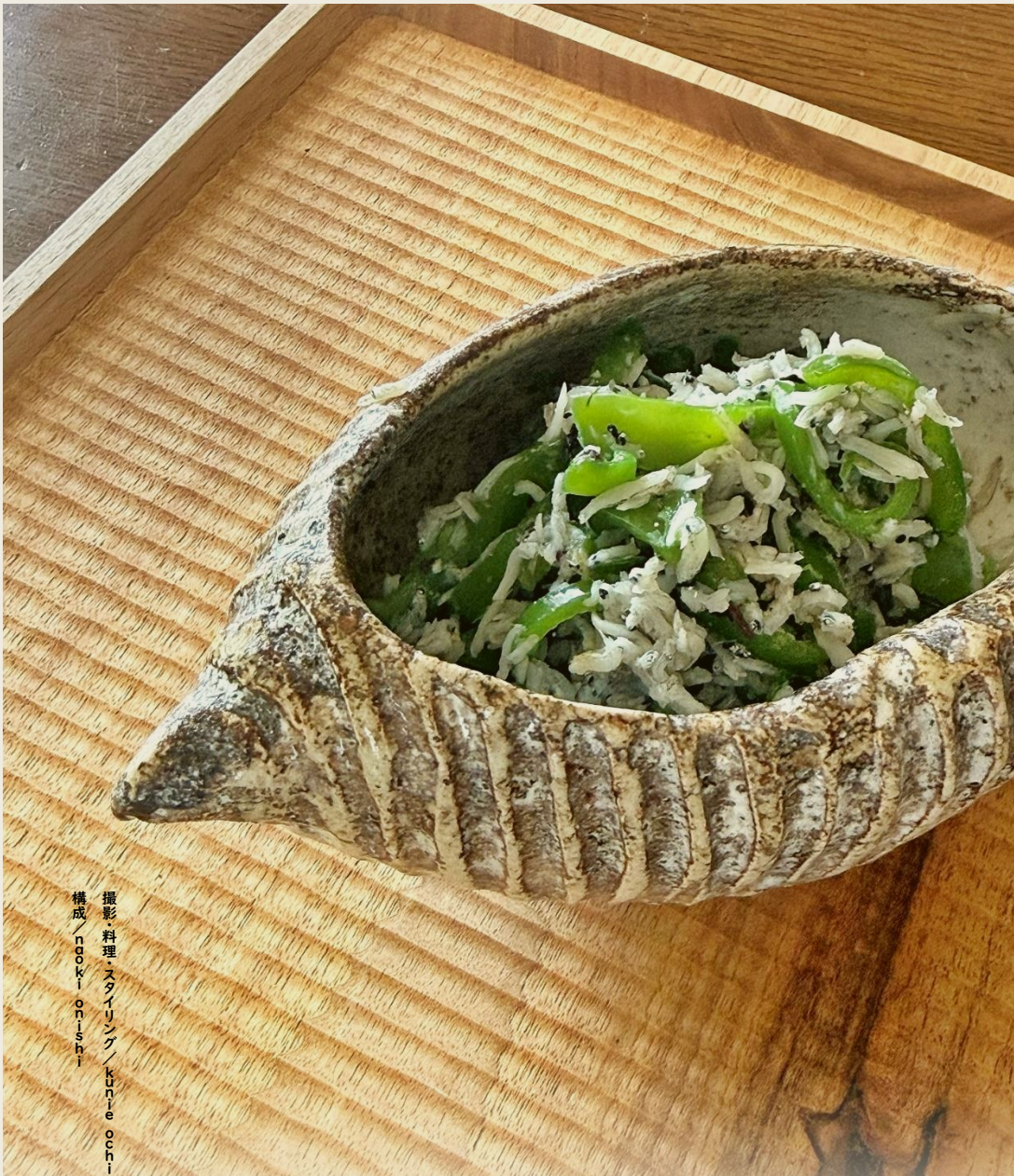


グルメ偏差値を上げる簡単和えもの

しばピーマンじゃがいも



撮影・料理・スタイリング／kuno ochi
構成／nook onish

【材料】

ちりめんじゃこ	80g
ピーマン	4個
料理酒	大さじ3
しば漬の素	大さじ1半〜2杯

【作り方】

- ① ピーマンを縦半分に切って種を取り除き、5mm幅に切る。
- ② フライパンにちりめんじゃこを入れ、料理酒と水大さじ3（分量外）を加え煮立たせる。
- ③ ちりめんじゃこがふつくらしてきたらピーマンを加える。
- ④ ピーマンがやわらかくなって水分が少なくなったら火を止め、粗熱が取れたらしば漬の素を混ぜ合わせる。



しば漬の素 50g