FMはな　牛乳消費大作戦！
牛乳・乳製品をもっとおいしくレシピコンテス

料理名	①モッツァレラを塩昆布とほうれん草がやさしくハグ　by.こんちかさん

材料	4人分
モッツァレラチーズ	1袋
ほうれん草	1束
(A)	
塩昆布	お好みの濃さになるように
ごま油	大さじ1
(B)	
白ごま	適量
粗挽き胡椒	適量
醤油	食べるときにお好みで

作り方	調理時間	約10分

1. モッツァレラチーズを包丁で２cm位に角切り。
2. ほうれん草を茹でて冷水で締めてしっかり水気を絞って食べやすい幅にざく切り。
3. ボールに1と2を入れて、(A)の調味料を入れて優しく軽～く合える。
4. 器に盛って、(B)を振りかける。
5. 食べるときにお好みでお醤油少々。
6.
7.
8.
9.

一言：　晩酌の肴に、夕飯の箸休めに、お子さんの栄養補完に(^^) b