

<こあげの焼き納豆>



○材料

納豆・・・1パック

こあげ・・・2枚

ねぎ・・・10cmくらい



○作り方

こあげを半分に切り、袋をひらく。納豆と添付のたれとねぎのみじん切りを入れてよくまぜ、こあげに詰めて熱したフライパンで焼く。



財団法人 健康・生きがい開発財団

【URL】 <http://www.ikigai-zaidan.or.jp> 【mail】 info@ikigai-zaidan.or.jp