

オクラ納豆キムチ和え

	材料(4人分)				
	オクラ		4本		
	白菜キムチ		20g		
	納豆(40g)		2パック		
1人分の栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分	食物繊維
	91kcal	7.3g	4.0g	0.3g	4.0g



作り方

1. オクラをゆで輪切りにし、キムチは粗みじん切り、全て和えて出来上がり！



コメント

* ネバネバコンビの一品です。