

白菜の塩こんぶ和え

	材料(2人分)			
	白菜			100g
	塩こんぶ			3g
1人分の栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
	9kcal	0.7g	0.1g	0.3g



作り方

1. 白菜は短冊切りにし、茹でる。
2. 1を塩こんぶで和える。