

# ほうれん草のナムル

韓国料理

## 材料

ほうれん草 1束

## 調味料

薄口しょうゆ 大さじ1/2

塩・こしょう 少々

いりごま 大さじ1

ごま油 大さじ1



## 作り方

1. ほうれん草は水洗いし、熱湯に塩小さじ1(分量外)ぐらいを加え湯がき、冷水にとって冷まし、水気を絞って3~4cmぐらいに切る。
2. ボウルにほうれん草を入れ(葉はほぐしながら)、調味料も加えてしっかり混ぜる。

✖️・ほうれん草1束は、根を落とした状態で200~250gぐらいです。

所要時間 10分

主な調理器具 鍋、ボウル