

副菜

春キャベツの即席漬け



主食

春キャベツの即席漬け

材料（4人分）	分量	重量	下準備
春キャベツ	120g		大きめのせん切り
青じそ	4枚		せん切り
塩	1.2g		
しょうが	少々		せん切り

☆作り方☆

1人分の栄養量

エネルギー 8kcal

食塩相当量 0.3g

- ① キャベツ、青じそに塩をまぶし、最後にしょうがを和える