

たけのこの木の芽焼き



調理時間 20分
カロリー 72kcal

材料 (2人分)

茹でた新たけのこ	200 g
(A)	
醤油	大さじ1
みりん	大さじ1
木の芽	8枚
(B)	
花かつお	1/2カップ
木の芽	12枚
七味唐辛子	少々

作り方

- 1 たけのこは一口大に切り、(A)と刻んだ木の芽（8枚）をまぶす。
- 2 ココットに(1)を並べ、蓋をしてグリルに入れる。
- 3 「ココット」を選択し、タイマーを8分に設定して点火する。
- 4 ボウルにたけのこを取り出し、Bを入れて和える。
- 5 好みで七味唐辛子をかける。