

## おかひじきのしらす和え



2人分

おかひじき 30g  
しらす 30g  
しょうゆ 小さじ1弱  
ごま油 適量  
ごま 適量

- 1) おかひじきは適当にざくざく切り（手でちぎっても）さっとゆでておきます（火の通しすぎに注意！）
- 2) ボウルにすべての材料を入れてよく和えたら出来上がり。