

じゃがいもとしらすのバターしょうゆ。



2~3人分

じゃがいも 2個
しらす 20g
バター 小さじ1
しょうゆ 小さじ1
にんにく 少々

1) ジャガイモは2cm角くらいに切り、水にさっとさらしたらレンジで3分半くらい加熱する（串がすっと通る程度に）

2) にんにくはみじん切りに（チューブやパウダーでもOK）。フライパンにバターとにんにくを入れて火にかけ、バターが溶けたらしらすとジャガイモを入れて炒める。

3) ところどころ焦げ目がついたら、火を止めてしょうゆをまわしいれてからめて完成。