

料理名

焼きそば風野菜いため

<材料 (3人分)>

にんじん  
きゃべつ  
ハム  
もやし  
塩こしょう  
焼きそばソース  
青のり

<作り方>

野菜を洗いきる、ハムもきる  
にんじんをかいためる、ハムもいためる  
火が通たらきゃべつともやしを入れる  
塩こしょうをふいていためる  
ソースを入れる  
皿に取りつけ青のりをふりかける



<コメント> 作る時のポイント、工夫した点、など

全体に味がいくようにうまくなせたり、ちょうどいい大きさに野菜をきったり、いためる時間を工夫しました。

おいしく出来ました。  
また作ってね！！

“早寝早起き朝ごはん”



家でのエピソード等、自由に記入してください。

焼きそばソースで味付けすれば、どんな野菜でもおいしく食べられそうですね。