

簡単！えだまめレシピ

【枝豆としらすのカリカリチーズ】

材料

枝豆 50g

しらす お好み

ピザ用チーズ お好み

作り方

- 1 枝豆は茹で、さやから実を出しておく
- 2 フライパンにピザ用チーズと枝豆、しらすをのせカリカリになるまで焼く

【枝豆のガーリック炒め】

材料

枝豆 200～250g

塩 大匙1

にんにく（みじん切り） 1片

赤唐辛子（輪切り） 1/2本分

オリーブオイル 大匙2

塩コショウ 少々

作り方

- 1 枝豆は両端をハサミで切り塩大匙1をよくもみこみ、3～5分おき水洗いする
- 2 フライパンにオリーブオイルとにんにく、唐辛子を入れ弱火で熱し香りが出てきたら中火にし枝豆を入れ炒める
- 3 塩コショウをし蓋をしたら5分蒸し焼きにする