JA全農とくしま

徳島県産農産物でつくる、美味しい・楽しい・簡単レシピ！

小松菜のにんにく炒め

▼材料（2 人分）

○にんにく　…4 片
○小松菜　　…1 株
○Ａ：
　・オイスターソース　…大 2
　・砂糖　　…大 1
　・塩、こしょう　　…各適宜
○ごま油　　…大 2

▼作り方

① にんにくはみじん切りにし、小松菜は 3cm に切る。

② ごま油でにんにくを香りよく炒める。

③ 小松菜を加え、しんなりしたらＡを加える。

レシピ提供：料理研究家ＨＩＴＯＭＩ