

タイトル (料理名)	長ネギおつまみ
作 者	H. Y
エコ得レシピ の ポイント	長ネギの緑の部分や冷蔵庫に余っている野菜で作るおつまみです。
調理時間の目安	
材料	長ネギの緑の部分や余っている野菜 オススメはもやし、キャベツ、きのこ類です。
作り方の手順	①フライパンにごま油をひき、あたたまってきたら具材を入れ、塩コショウして炒める。 ②火が通ったら料理酒を一回し入れて軽く混ぜ、フタをして弱火で蒸し焼きにする。 ③トロトロしてきたら、塩、コショウ、しょうゆで味をととのえて完成。
ひとくちメモ	
写真	