

# ねぎ餅 ～ ねぎたっぷりで香り良く少量のしょうゆでもおいしい！～



1人分 219kcal  
塩分 0.9g

## 材 料（2人分）

長ねぎ（緑の部分も使う）	1本	（150g）
餅（真空パック）	4個	
削りガツオ	5g	
しょうゆ	大さじ1/2	

## 作り方

1. ねぎは0.5センチの斜め切りにする。
2. フライパンにねぎを半量敷き、餅を並べ、上に残りのねぎを入れ、ふたをして弱火で5～8分位蒸し焼きにする。  
餅に火が通ったら火を止め、削りガツオを散らし、サッとしょうゆをまわしかける。
3. 食べやすい大きさに切り、器に盛る。