

Moyashi

HEALTHY RESTAURANT



3.もやしスープ

材料：もやし

コンソメ

塩

こしょう

作り方：お湯にコンソメを入れ、すべて解けたら、もやしを入れる。

塩コショウで味を調える。



4.もやしの中華サラダ

材料：もやし

きゅうり

酢

ごま油

ラー油

作り方：もやしをゆでて冷ましておく。ボウルにごま油、酢、ラー油を入れ、よくかきまぜる。A

Aにもやしと胡瓜の千切りを入れてよく和える。

