

Let's簡単クッキング

キャベツの塩昆布和え



エネルギー（1人分）
24kcal

【材料】（2人分）

キャベツ	140g（葉3枚）
塩昆布	大さじ2
ごま油	大さじ1/2

カット野菜
でもOK!

【作り方】

- ① キャベツは洗って食べやすい大きさにちぎる。
- ② 全ての材料をビニール袋に入れてもむ。

問い合わせ先

川越市健康づくり支援課 TEL：049-229-4125