

ブロッコリーのヨーグルト味噌和え

材料 4人分

- ・ブロッコリー 1株
- ・ヨーグルト 30 g (大さじ2弱)
- ・味噌 (A) 5 g (小さじ1弱)

作り方

- ① ロッコリーは小房に分けて、茹で、水気を切り冷ます。
茎は皮をむき、短冊切りにして一緒に茹でる。
- ② Aを混ぜ合わせ、①と混ぜ合わせて出来上がり。

