



< 材料 > 約幼児2人と大人2人分

- 挽きわり納豆 80g (1.5パック)
- オクラ 35g (8本)
- キャベツ 150g (3枚)
- コーン缶 13g (大さじ1)
- 醤油 小さじ1
- マヨネーズ 大さじ2

< 作り方 >

1. オクラは茹でてから小口切りにする。
2. キャベツは色紙に切って、さっと茹でて水気をしぼっておく。
3. 全ての材料を混ぜ、調味料で和えたら、できあがり！

☆季節によって、小松菜、ブロッコリー、アスパラなどでも作ってみてください！

☆納豆の粘りが気になる場合はさっとお湯をかけてください！