

## 【ツナとごぼうのバターしょうゆ和え】



材料(2人分)	分量
冷凍ささがきごぼう	100g
ツナ水煮缶	1缶(約60g)
バター	5g
しょうゆ	大さじ 1/2
白いりごま	大さじ 1/2
かつおぶし	ひとつまみ
黒こしょう	お好みで

### 作り方

1. 冷凍ささがきごぼうと汁気を切ったツナを耐熱容器に入れ、軽くラップをして500wの電子レンジで約5分加熱。
2. 熱いうちにバター、しょうゆ、白いりごまを加えてよく混ぜ合わせる。
3. 味がなじんだら器に盛り付けてかつおぶしをのせ、お好みで黒こしょうをかける。  
※ 冷凍ささがきごぼうが手に入らない場合は、ごぼうをピーラーでヒラヒラに薄くささがきにして使用してもOK!