

# じゃこと春菊のみそチャーハン



<材料> 子ども 4人分

ごはん 330g

(大人茶碗2杯くらい)

春菊 60g

しらす干し 15g

ごま油 適量

みそ 小さじ2/3

酒 小さじ1/3

(作り方)

- ① 春菊は細かく切る。
- ② 鍋にごま油を入れ、しらす干しと春菊を炒める。
- ③ ②にみそと酒を入れ、味付けする。
- ④ ③にごはんを入れ、混ぜ合わせる。