

---

## ピリ辛長芋納豆

---

〈材料〉	4人分
オリーブオイル昆布	大さじ2
豆板醤	小さじ 1/2
納豆	2p。
味噌	小さじ2
長いも	250g
大葉	2枚



### 〈作り方〉

- 1 小さなフライパンにオリーブオイル昆布と豆板醤を加えて炒める。
- 2 長芋は皮をむいてビニール袋に入れて粗くつぶす。大葉はせん切りにして水にさらして水気をきる。
- 3 ボウルに1の昆布、納豆、味噌を入れてよく混ぜ、器に長芋と納豆を盛りつけ大葉を添える。