

## レンジでもやし(2人分)



材料	量
もやし	1袋 (200g)
砂糖	小さじ1
しょうゆ	小さじ1
カレー粉	小さじ2

### 【作り方】

- ①ポリ袋に材料をすべて入れて混ぜ、3分電子レンジにかける。  
(ポリ袋の口は閉じない)

エネルギー量	28kcal	食塩相当量	0.4g
--------	--------	-------	------