小松菜のさっと炒め



材料	(4人分)
小松菜	400g
赤唐辛子の小口切り	1～2本分
サラダ油	大さじ1
塩、こしょう	各適量

作り方

1. 小松菜は根元を落として3cm長さのざく切りにし、水気をよくふく。
2. フライパンにサラダ油を強火で熱し、小松菜と赤唐辛子を入れてさっと炒め、塩、こしょうをふって火を止める。

監修 武蔵裕子