

## さんまの蒲焼 野菜の甘辛煮添え

材料（1人分）

- ・さんまの蒲焼 1パック（缶でもOK）
- ・冷凍野菜 60g（小鉢1杯くらい）
- ・こしょう、山椒などの香辛料 お好みで



作り方

- ①小鍋に冷凍野菜とさんまの蒲焼を汁ごと入れる。
- ②汁が半分くらいになるまで弱火で加熱する。（約10分）
- ③器に盛りつけ、お好みで香辛料を振りかける。



★電子レンジで加熱してもよいです！

★味が濃いので、蒲焼の汁の量はお好みで調整しても。