

『インゲンのシンプルバター炒め』

材 料

インゲン	120g
バター	25g
チューブにんにく	2cm
塩	小さじ1/3



作り方

- ① インゲンを洗い筋を取って、耐熱容器に入れてラップをし、500Wで2分レンジで加熱する。
- ② フライパンを中火にかけてバターを溶かします。全体にバターが回ったら、インゲンを入れて炒めます。
- ③ インゲンにしっかりバターが回ったら、ニンニク・塩を入れてザーツと炒めて出来上がり！