

# 『枝豆のガーリック炒め』

## 材料（4人分）

枝豆（さやつき）	3カップ
ニンニク	1片
塩・オリーブ油・コショウ	適宜



## 作り方

- ① 枝豆はさやの両端を切り、硬めの塩茹でにする。ニンニクはみじん切りにする。
- ② フライパンにニンニクとオリーブオイル大さじ1を入れて弱火で炒め、香りがたったら火を強めて枝豆を加えてざっと炒め、塩・コショウ各少々で味を整える。

**\* 塩茹でとは一味違うビールの友！**