

# 減塩 レシピ

No.94

(1人分)  
47kcal  
塩分  
0.89g

## キャベツと桜えびの煮浸し



### 材料(1人分)

- キャベツ  
…………… 100g(2枚ほど)
- 桜えび…………… 2g
- 出し汁…………… 100cc
- しょう油…………… 小さじ1
- 酒…………… 小さじ2
- 生姜千切り…………… 1/4かけ

### 作り方

- 1 キャベツは一口大に切り、やわらかく湯がく。
- 2 鍋に出し汁・酒・しょう油を煮立てキャベツと桜えびを加えてひと混ぜし、煮立ってきたら火を消し盛りつける。  
生姜の千切りを天盛りにする。