



里芋のめんたいクリームチーズ和え

材料（2人分）

里芋・・・150g
クリームチーズ・・・30g
明太子（薄皮を取り除いたもの）
・・・30g
しょうゆ・・・小さじ1/4

作り方

- ①、里芋の皮を剥き、一口大に切ってさっと洗う。
- ②、①を耐熱皿に並べてラップをし、電子レンジで4～5分（600w）加熱してやわらかくする。
- ③、クリームチーズと明太子、しょうゆをよく混ぜ合わせる。
- ④、②と③を和えて、お皿に盛って完成。



里芋のめんたいクリームチーズ和え

里芋のネッリとクリームチーズがよく合います。

