

# 焼きますすとキャベツの甘酢和え

<栄養価 (1人分)>

エネルギー 151 kcal      たんぱく質 13.5g  
脂質 8.4g      炭水化物 3.5g      食塩 0.3g

## 材料 (4人分)

塩ます      200g  
キャベツ    120g  
酒            小2  
塩            0.8g  
砂糖         小2  
酢            小3

## 作り方

- ①塩ますを焼く。
- ②キャベツはかためにゆでて水気を切りざく切りにする。
- ③調味料を合わせ、②をあえる。
- ④塩ますを器に盛り、③を添える。

