

# 梅肉ソース

## 作りかた

1. 梅干しは種を取り除き包丁でたたいてペースト状にし、残りの材料とよく混ぜる。

### カロリー

35kcal

### 塩分

7.1g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。  
このレシピはMRO-W1A対応レシピです。

材料	1回分
梅干し	5個
だし汁	大さじ1
みりん	大さじ1/2
小ねぎ	適量