

春雨サラダ

材料：はるさめ (20g)、きゅうり (60g)、人参 (25g)、リンケツ (小2本)、米酢 (小さじ1.5)、醤油 (小さじ1.5)、みりん (小さじ1.5)、ごま油 (適量)

作り方：①はるさめは 湯に戻し柔らかくする。柔らかくなったら水を切り、食べやすく切る。
②きゅうりは、千切りにし塩もみする。人参は千切りにし、茹でる。リンケツは茹で、半月に切る。
③材料を混ぜ、酢と醤油、みりんで味を調える。最後にごま油を小さじ2入れ混ぜる。

