

料理名 : ほろさめサラダ

【材料】 2人分

- ・きゅうり (1本)
  - ・もやし (1/2袋)
  - ・ほろさめ (15g)
  - ・いんげん (2枚)
  - ・お酢
  - ・砂糖
  - ・しょうゆ
  - ・ごま油
- } 大さじ2

【出来上がり写真】



【作り方】

- ① もやしを全部ボウルに入れ、レンジに3分かける
- ② ほろさめをお湯でもどす
- ③ きゅうりを千切りにし、いんげんを細切りにする
- ④ ボウルにお酢、砂糖、しょうゆ、ごま油を全部入れる
- ⑤ ②のほろさめのお湯を切り、食べやすい大きさに切る
- ⑥ ④のボウルに③も入れ、混ぜ合わせる
- ⑦ 30分以上冷蔵庫で冷やして出来あがり

コメント(この料理に込めた思いなど自由に)

できるだけ少ない量の材料で作ることを心がけた

掲載時の名前(ニックネームなど) なま

ご職業(高校生、大学生、主婦、会社員など): 中学生