

## ・きゅうりのごましょうゆあえ



PDFをダウンロード

### 材 料(4人分)

きゅうり	80g
ゆで塩	少々
しょうゆ	4g
ごま油	0.8g
白すりごま	2g
花かつお	0.8g

### ・作り方

1. きゅうりを5mm幅の輪切りにする。
2. 湯に塩を入れ、きゅうりをさっとゆでる。
3. きゅうりを水で冷やし、水気をきる。
4. (3)にしょうゆ・ごま油を混ぜ、すりごま・花かつおを加えて混ぜる。

給食の定番メニューです。  
とっても簡単にできるので、おうちでも挑戦してみよう！

