

## もやしのごま酢和え

(材料～大人4人分～)

・もやし	100g
・きゅうり	50g
・油揚げ	40g
★・薄口しょうゆ	小さじ 1/2
・酢	大さじ 1/2
・上白糖	小さじ 1/4
・ごま和えの素	大さじ 1



(作り方)

- ① ★の調味料を合わせておく。
- ② きゅうりは3mm にスライス、油揚げは6mm にスライスして油抜きをする。
- ③ 鍋に塩を入れたお湯を沸騰させ、もやし、きゅうりを茹でる。
- ④ 茹で上がったら、ザルで粗熱をとり、水気を絞って冷めた頃に★で和える。