

中華風サラダ



材料 5人分

春雨	・・・45 g	A	砂糖	・・・大さじ2
ハム	・・・5枚		しょうゆ	・・・小さじ4
キャベツ	・・・2枚(90 g)		酢	・・・小さじ4
きゅうり	・・・1本(90 g)		ごま油	・・・小さじ1
にんじん	・・・1/2本(45 g)			

作り方

1. 春雨は水で戻し、食べやすい長さに切る。
2. ハム、きゅうり、にんじんは千切り、キャベツはざく切りにする。
3. Aの調味料を合わせておく。
4. にんじん、キャベツをしんなりするまでゆで、ざるにあけて水で冷まし、粗熱がとれたら水けを絞る。
5. ボウルに野菜と春雨、ハムを入れて調味料を加えて混ぜ合わせる。

一口メモ

- ・酢の分量はお好みで調整してください。
 - ・さっぱりしていて、とても食べやすいサラダです。
-