

## サラダチキンのおろし酢みそ



### <材料>

サラダチキン1枚 きゅうり1本 みょうが2個 大根100g

### ≪調味料C≫

上高地みそ30g 砂糖15g 酢25g

### 【作り方】

- ① 大根は皮をむいてすりおろし、ザルにあけて自然に水きりする。
- ② きゅうりは縦半分に切って斜め薄切りにし、ボウルに入れて塩小さじ1/2をふり混ぜておく。5分たったら手で水けしぼる。
- ③ みょうがは縦半分にして薄切りにする。
- ④ サラダチキンは手で細かく裂く。
- ⑤ ボウルに調味料Cを入れてよく混ぜ、大根おろしを加えて軽く混ぜて味を調える。
- ⑥ きゅうり、みょうが、サラダチキンを食べる直前に⑤に入れてあえる。