

季節な食卓

ゆでたけのこ

みそ風味あえ



<材料>

ゆでたけのこ 100g きゅうり 1本 みょうが 2本 大葉 5枚

《調味料C》

上高地みそ 30g 粒マスタード 10g

酢 小さじ 2 薄口しょうゆ 小さじ 1 練がらし 小さじ 1 と 1/2

【作り方】

- ① ゆでたけのこは薄いいちょう切りにする。
- ② きゅうりは小口切りにしてボウルに入れ、塩 小さじ 1/4 をふり混ぜて 5～6 分おく。
- ③ みょうがは両端を切り落として輪のまま薄切りにする。
- ④ 大葉は 5^{ミリ}角切りにする。
- ⑤ ボウルにきゅうりの水けを絞って入れ、ゆでたけのこ、みょうが、大葉を加えて混ぜる。
- ⑥ ⑤ にしょうゆ 小さじ 2 をふり入れて混ぜる。