

ごま酢和え



さっぱりとした味でどんな野菜でも合います。お心を水で戻して入れてもおいしいです。

【材料】

	切り方	4人分
こまつな	(3cm幅)	100 g
りょくとうもやし		150 g
すりごま (白)	(いる)	10 g
三温糖		6 g
穀物酢		6 g
しょうゆ		25 g

【作り方】

- ①たれをあわせておく。
- ②こまつな、もやしをゆでて冷却
- ③野菜とごまをたれで和える。

