

煮物でおなじみの切干をサラダに

# 切干大根の酢の物

副菜

## 材料 (大人2人+子ども2人分)

切干大根 ..... 25g  
きゅうり ..... 120g(大1本)  
人参 ..... 30g(中1/3本)  
いりごま ..... 大さじ1  
酢 ..... 大さじ1  
砂糖 ..... 大さじ1  
塩 ..... ひとつまみ(1.2g)  
うすくちしょうゆ ..... 小さじ1  
ごま油 ..... 小さじ1

A

## 作り方

1. 切干大根は水で戻し、絞って3~4cm程度の長さに切る。
2. きゅうり、人参はせん切りにし、さっと茹でて水にさらして絞る。
3. 1~2をAで和える。



切干大根は水で戻して絞るだけで、サラダの具として美味しく食べられます。シャキシャキとした噛み応えと甘みがくせになるサラダです。