

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)
A うすくちしょうゆ	小さじ1
ごま油	小さじ1

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。