

みかんの甘みがアクセント

甘酢和え

副菜

材料（大人2人+子ども2人分）

キャベツ……………130g(約1/8個)

きゅうり……………100g(中1本)

みかん缶詰……………50g

A 酢……………大さじ1
砂糖……………大さじ1
塩……………小さじ1/5

作り方

1. キャベツはせん切り、きゅうりは輪切りにし、さっと茹でて水にさらして絞る。
2. Aを混ぜ合わせて、1と汁気をきったみかん缶を和える。



みかんの甘みと甘酢で子どもたちも食べやすいひと品です。
ゆでた野菜はしっかり絞って水気を切るのがポイントです。