

【きゅうりの酢の物】



材料（二人分）

- ・ トマトの三杯酢 大さじ7
- ・ しらす干し 大さじ2
- ・ わかめ（乾燥）15g
- ・ きゅうり 1本
- ・ 塩 少々
- ・ ショウガ 少々
- ・ 赤のプチトマト 6個

作り方

しらす干しはトマトの三杯酢大さじ5の中に入れておきます。
わかめは水でもどし、適当な大きさに切って、トマトの三杯酢大さじ1で酢洗いしておきます。

きゅうりは薄い小口切り、塩をしてしんなりしたら軽く揉んで水洗いし、水を切って三杯酢大さじ1で酢洗いしておきます。

わかめときゅうりとプチトマトを合わせ、しらすをつけたお酢を加えてあえます。

うつわに盛って、上に針ショウガをのせます。

酢洗いについて

（酢洗い：合わせ酢を材料にかけて絞っておくこと。材料に下味がついて、おいしくなります。）