

ごぼうのサラダ



材料【4～5人分】

ごぼう	1本	A	薄口醤油	大さじ1
きゅうり	1本		酢	小さじ2
とうもろこし(冷凍)	30g		砂糖	小さじ1
いりごま	3g		一味唐辛子	少々
			マヨネーズ	大さじ4

～作り方～

- ①ごぼうはせんぎにし、とうもろこしと一緒に茹でて冷ましておく。
- ②きゅうりは輪切りにし、さっと熱湯をくぐらせ冷ましておく。
- ③調味料Aを混ぜ合わせ、いりごま、①②と和える。
- ④食べる直前に③とマヨネーズを和える。



ごぼうはかわちかくにうまみがつまっているのでかわをむきすぎないように注意しましょう。包丁の背を使ってむくといいですよ。
人参を入れると彩りがよくなりますよ。