

れんこんサラダ



材 料 (4人分)

・れんこん	100g
・人参	50g
・きゅうり	100g
・ごま(すりごまでも可)	大さじ1
・酢	小さじ1
・砂糖	小さじ1/4
・塩	小さじ1/4
・マヨネーズ	大さじ2

作 り 方

1. れんこん・人参は皮をむき、いちょう切りにスライスします。
2. きゅうりは、小口切りします。
3. 鍋にお湯を沸騰させ、塩を入れて人参をゆがき柔らかくなる人参だけ引き上げます。
そこに、お酢大さじ1(分量外)を入れて、れんこんをゆがき冷まします。
4. ごまをすり、酢・砂糖・マヨネーズを入れ、2. 3を加えて混ぜ、味を整えると出来上がりです。

