

野木町地産地消メニュー



⑥5 切干大根ともやしの酢の物



調理時間 10～15分

シャキシャキコリコリ。
ダブル食感が味わえるさっぱり酸味
ある和え物です。
揚げ物のお供にオススメです。

食材の旬
1月～2月

【材料】

| | |
|----------|--------|
| 切干大根(乾物) | 20g |
| もやし | 1/2袋 |
| お酢 | 大さじ2 |
| 砂糖 | 大さじ1 |
| しょうゆ | 小さじ1 |
| 塩 | 小さじ1/3 |

【作り方】

- ① 切干大根はたっぷりの水でほぐすように洗い、軽く水気を切る。ボウルに左記の調味料を入れ混ぜる。切干大根を追加し混ぜ合わせる。
- ② もやしは沸騰した湯に入れ、10秒茹で、ザルにあげる。
- ③ もやしが温かいうちに、①に加えて混ぜる。

～ひとくちメモ～

*切り干し大根から甘みやだしが出るので、味の調整は戻ってから。