

用 * ひ * 月 * と * 月

切干大根とトマトのサラダ



<材料> こども2人・大人2人分

切干大根	25 g
トマト	80 g (約1/2個)
鞘隠元	15 g (約2本)
ツナ	20 g
醤油	小さじ1
酢	小さじ1
すり胡麻	小さじ1

<作り方>

1. 切干大根は水で戻し、2 cm長さに切る。さっと茹でたら絞って水気をきっておく。
2. 鞘隠元は2 cm長さに切り、さっと茹でる。
3. トマトはさいの目に切る。
4. 切干大根・トマト・鞘隠元・ツナを調味料で和えたら出来上がり！

