

切干大根の中華風サラダ



【材料】(作りやすい分量)

- ・切干大根…30g
- ・ハム…6枚
- ・胡瓜…1本
- 酢…大さじ2
- 醤油…小さじ2
- 砂糖…大さじ2
- ごま油…小さじ1
- ・いりごま…適量

【作り方】

- ①切干大根は水で戻す。
- ②食べやすい大きさに切り、茹でる。
- ③ハム、胡瓜は細切りにする。
- ④●の調味料を全て混ぜ合わせる。
(酸味が苦手な方は、酢を火にかけて、
ドレッシングを作ると、食べやすくなります。)
- ⑤②、③、④、いりごまを混ぜ合わせたら完成。

* 保育園のドレッシングは甘めに作っています。

市販のドレッシングに砂糖を少し加えると食べやすくなります。