

きゅうりの甘酢漬け

エネルギー:42kcal(1人分)



材料と分量 (分量は4人分です)

きゅうり	2本
塩	小さじ1
しょうが	1かけ
赤唐辛子	1本
A 砂糖	大さじ2
A 酢	大さじ2
A しょうゆ	小さじ1
A ごま油	小さじ1

作り方

- (1) きゅうりをたて4つ割りにし、種を取り、4~5cm 長さに切る。
- (2) ビニール袋に(1)を入れ塩をまぶしてしんなりさせておく。
- (3) しょうがを千切り、赤唐辛子は種をとり輪切りにする。
- (4) Aを合わせ、(3)を入れ水気を絞ったきゅうりを和える。

(1)



(2)



(3)



(4)

