R7.7.22　軽井沢町教育委員会　児童係

春雨の酢の物

【材料：約4～５人分】

- 春雨　　２０ｇ
- きゅうり　８０ｇ
- オクラ　　４０ｇ
- 人参　　３０ｇ
- ハム　　２０ｇ
- 三温糖　小さじ１と1/2
- しょうゆ　小さじ１
- 酢　　大さじ１と1/2

春雨のつるっとした食感と、
さっぱりとした酸味が、夏の
暑い日にも食べやすいよ～！

【作り方】

①人参、きゅうり、オクラは食べやすい大きさに切り、ゆでる。
②ハムは短冊切りにする。
③春雨はゆでて、水気をしっかりと切る。食べやすい大きさに切る。
④調味料を合わせ、①～③と合わせる。