

夏の山形のだしそうめん



時短
加熱
短い

材 料(2人分)

なす	2本(180g)	しょうゆ	大さじ1.5
きゅうり	2本(200g)	酢	小さじ1
長ネギの白いところ	2本(40g)	砂糖	小さじ2
オクラ	3本	そうめん	2束
みょうが	1つ	めかぶ	40g
大葉	5枚		
しょうが	4g		

夏の山形のだしそうめん



作り方

- (1)なす、キュウリ、オクラを5mm程のさいの目切りにし、なすは水に浸す
 - (2)長ネギの白いところ、大葉、ミョウガ、しょうがをみじん切りにし、長ネギは水に浸す
 - (3)(1)、(2)とめかぶをすべてボウルに入れて混ぜる
 - (4)(3)にしょうゆ、酢、砂糖を入れて味を見ながら混ぜる
 - (5)そうめんを茹で、茹で上がったらずルに移して滑りを全て取る。
- 器に盛りつけて完成
足が早い食材を一気に使えます！