

## レシピ紹介 \* 切干大根のパリパリサラダ



切干大根は歯ごたえが残る程度に煮ておきます。  
たくあん漬けのようなパリパリとした食感で、  
よく噛んで食べて下さい。

### 【材料：4人分】

- ・ 切干大根…15 g
- ・ キャベツ…2枚（細切り）
- ・ 人参…1/3本（千切り）
- ・ もやし…100 g
- ・ コーン…30 g

（調味料）

- ・ 砂糖と醤油…各大さじ1
- ・ ごま油…大さじ1/3

### 【作り方】

1. 切干大根は戻して2cmに切り、砂糖と醤油（分量外）で煮て、冷まします。鍋に湯を沸かし、人参→キャベツ→もやしの順に加え茹で、冷まします。
2. コーンを加え、調味料で和えます。