

# そうめんかぼちゃの酢みそ和え



## 材料（4人分）

そうめんかぼちゃ	…	1/2個
油揚げ	…	1/2枚
カニカマ	…	5本
キュウリ	…	1本
塩	…	ひとつまみ
A 白みそ	…	大さじ2
砂糖	…	大さじ2
酢	…	大さじ3
からし	…	小さじ1
塩	…	ひとつまみ

## 作り方

- 1) そうめんかぼちゃを大きめの輪切りにする。熱湯で茹でてほぐれてきたらザルにあげ、水にさらしながらよくほぐす。クッキングペーパーなどで水分を取り、食べやすい長さに切っておく。
- 2) 油揚げはフライパンで香ばしく焼いてから細切りにし、カニカマをほぐす。
- 3) キュウリを塩で板ずりし、細切りにする。
- 4) ボウルにAを混ぜ合わせ、①と②、③を加えて和えたらできあがり。



ワンポイント!

シャキシャキ食感がたまらないよ♪



JAこうか  
旬のレシピ集

<http://ja-kouka.shinobi.or.jp/food/recipe/>

他のレシピはこちら!!

