

日野菜の酢の物



材料(4人分)

日野菜漬け	…	1本(60g)		
キュウリ	…	1本		
シイタケ	…	3本		
エリンギ	…	1本		
油揚げ	…	1/2枚		
サラダ油	…	小さじ1		
A	{	砂糖	…	大さじ2
		塩	…	小さじ1/2
		酢	…	70cc
		すりごま	…	適量

作り方

- 1)日野菜を拍子切りにする。
- 2)キュウリを板ずりして、日野菜と同じ長さで千切りにする。シイタケは薄切りに、エリンギは長さが半分になるように切り、さらに縦半分に切って薄切りにする。油揚げは日野菜と同じ長さで細切りにする。
- 3)油揚げをフライパンで乾煎りして焼き目がつくまで炒めて、一旦取り出す。同じフライパンにサラダ油を引き、シイタケとエリンギを炒める。油揚げを戻してさらに炒める。
- 4)③をボウルに移し、日野菜とキュウリ、Aを加えてよく混ぜたらできあがり。



色鮮やかで食感が楽しい一品♪



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!!

