

美味しさとシャキシャキ感が楽しめます
①しめじときゅうりのゴマ酢和え




材料（4人分）

雪国しめじ恵み 1/2パック	【A】
きゅうり 1本	醤油 小さじ2
生姜 1/2片	酢 小さじ1
塩 少々	砂糖 小さじ1
	炒りごま 小さじ2

作り方

- 1 しめじは食べやすい大きさにさき、耐熱容器でラップをしてレンジで加熱（600Wで約1分）後、冷ます。
- 2 きゅうりは薄切りにして塩でもみ、10分程置く。
- 3 (1)、(2)の水気を絞り、すりおろした生姜、合わせたAで和えてできあがり。

 1人前/約44kcal  調理時間/約15分