



きゅうり南蛮



材料（子ども2人分）

- きゅうり . . . 1/2 本
 - 塩 . . . 一つまみ
 - 砂糖 . . . 小さじ 1/2
 - しょうゆ . . . 小さじ 1
 - 酢 . . . 小さじ 1/2
 - ごま油 . . . 1g
- } A



作り方

- ①鍋に A を入れ一度火にかけ冷ましておく。
- ②きゅうりは小さめの乱切り（食べやすい大きさでもよいです）に切る。
- ③沸騰した湯に②を入れさっと茹で、水気を切り塩をふっておく。
- ④ボールに①・③（冷まして）を入れしばらく漬け込んだら出来上がり！