



きゅうりとわかめの冷製スープ

材料
(4人分)

- カットわかめ・・・大さじ4
- きゅうり・・・・・・・・1本
- にんじん・・・・・・・・1/5本
- 酢・・・・・・・・大さじ4
- 砂糖・・・・・・・・大さじ2
- 塩・・・・・・・・小さじ1/2
- うすくち醤油・・・大さじ2
- にんにく・・・・・・・・1かけ
- 氷・・・・・・・・適量
- 水・・・・・・・・400ml
- いりごま・・・・・・・・適量(お好みで)

作り方



- ①カットわかめをふやかしておく
- ②きゅうりとにんじんを千切りにする
- ③にんにくを薄くスライスする
- ④ボウルに酢、砂糖、塩、うすくち醤油を入れて混ぜる
- ⑤④にカットわかめ、きゅうり、にんじん、にんにくを入れてよく和えてしばらく置く
- ⑥食べる直前に⑤に氷、水を入れて器に盛りつけ、仕上げにいりごまをかける