

## メニュー名:のり酢あえ

材料 (おとな4人分)

材料名	分量
白菜	100g (大葉1枚)
きゅうり	80g (中1本)
にんじん	25g (約2cm)
のり (焼きのり)	2g
☆薄口しょうゆ	大さじ1
☆酢	小さじ1/2
☆塩	ひとつまみ

## 作り方

- 1.白菜はざく切り、きゅうりは輪切り、人参は千切りにし、さっと茹でて水で冷やし、ザルにあげ水を切っておく。
- 2.☆の調味料をよく混ぜ合わせ、野菜と和える。
- 3.のりを5mm辺程度の正方形にはさみで切り、更に混ぜ合わせる。

ひとことポイント

焼きのりのはさみで切らずに、適当な大きさにちぎって混ぜ合わせると簡単です！保育園の給食でも人気のメニューです。もやしやしめじも合いますよ♪

