

キュウリと長芋のおろしキュウリ和え



材料（3～4人分）

キュウリ	3本
長芋	15～20 cmくらい
梅干し	3～4個
大葉	5枚
かつおぶし	1袋（2.5g）
酢	少々
塩	少々

作り方

- 1) 長芋は皮をむき、1 cmの角切りにする。酢水で長芋のぬめりを取る。
- 2) キュウリは1本をすりおろし、2本は縦に半分に切り1 cm幅の半月切りにし、塩でもみ、10分くらい置く。
- 3) 梅干しは種を取り、たたいて梅肉にする。大葉はみじん切りにする。
- 4) (2) ですりおろしたキュウリに(3)を入れて軽く混ぜる。
- 5) 長芋とキュウリの水気をキッチンペーパーで取り、(4)とかつおぶしで和えてできあがり。

* キュウリの水気が出やすいので、和えるのは食べる直前がおすすめです。