

半夏生  
レシピ

# 『オクラと長芋とタコの酢の物』

## 材料(2人分)

オクラ	10本	三杯酢	
長芋	160g	・酢	1カップ
茹でダコ	80g	・しょう油	小さじ2
* 三杯酢	大さじ3	・砂糖	大さじ3
* だし	大さじ2	・塩	小さじ1
塩			

## 作り方

- ① 熱湯に塩を入れ、オクラを入れる。浮いてきたら網じゃくしなどで押さえ、再び沸騰したら1分間ゆで、冷水にとって冷まし、水気をきる。ヘタを切り、斜め半分に切る。
- ② 長芋は皮をスプーンでこそげてサッと洗い、1cm角の拍子木型に切る。
- ③ 茹でダコは薄いそぎ切りにする。
- ④ 三杯酢にだしを加えて混ぜ合わせる。
- ⑤ ④のボウルに①、②、③を加え、さっと和えて、器に盛って出来上がり！