

『ピーマンとしらすの酢びたし』

材料(4人分)

ピーマン	3個(120g)
ミョウガ	2本
しらす	大さじ3
【A】	
だし汁	1/2カップ
酢	大さじ1
しょう油	小さじ1



作り方

- ① ピーマンは縦半分に切りヘタと種を取り、横5mmに切り、ミョウガは縦に細切りにして、ともにさつと茹茹でしてザルに取る。
- ② ボウルに【A】を合わせて①が熱いうちに入れ、しらすも加えて混ぜる。
30分位味を馴染ませてから器に盛る。
* 冷蔵庫で2~3日保存できます。