

# 『きゅうりとオクラと和え物』

## 材料(2人分)

きゅうり	1本
オクラ	6本
「ほんだし」	小さじ1/2
【A】	
針しょうが	1/2かけ分
しょう油	小さじ1
みりん	小さじ1/4



## 作り方

- ① きゅうりは4cm長さに切り、沸騰した湯をサツとくぐらせて水に取る。冷めたら水気を切り、縦4等分に切る。
- ② オクラも同じ湯で1分程茹でて水に取る。冷めたら水気を良く切り、斜め半分に切る。
- ③ ボウルに「ほんだし」、【A】を入れてよく混ぜ、①のきゅうり、②のオクラを加えて和える。