

《副菜》もやしとハムの和え物



さっぱりとしているので、暑い季節でも食がすすみます。

▶材料（4人分）

もやし	200g
きゅうり	1本
玉ねぎ	1/4個
ハム	4枚
★砂糖	大さじ1
★醤油	大さじ1強
★酢	大さじ1弱
★ごま油	小さじ1

▶作り方

- ① きゅうりは千切りにする。玉ねぎは横半分に切り、薄切りにする。ハムは半分に切り、千切りにする。
- ② もやし、①の野菜をさっとゆでて冷まし、水気を切る。
- ③ ★を混ぜ合わせ、②とハムを和える。