

甘酢和え

野菜とハムの酢の物に、矢野町で収穫されたゆずの果汁を使っています。ゆずの香りがさわやかです。

材 料	分量4人分 g
白菜	200
チンゲンサイ	80
チキンハム	40
にんじん	20
さとう	小さじ2
酢	小さじ2
うすくちしょうゆ	大さじ1
ゆず果汁	小さじ2分の1



作り方

1. 白菜、チンゲンサイは細く切って、さっとゆで、かたくしぼる。にんじんも皮をむいて細切りにし、さっとゆでる。
2. チキンハムは細切りにする。
3. 調味料(さとう、酢、しょうゆ、ゆず果汁)を合わせ、①②とあえる。