



副菜



ハンサンスー



ハン(3種類の食材を)サン(千切りにした)スー(和えもの)は、大人気の副菜です。



作り方

1. にんじん・きゅうりを千切りにする。
2. お湯に野菜を硬い順に入れて火を通す。
3. 春雨はゆでてもどし、水にさらしてから切る。
4. 洋辛子は水で溶いておく。
5. ◆の調味料を煮立て、野菜、春雨を入れてさっと煮和える。

材料

目安： 4 人分

- はるさめ (乾) 20g
- にんじん 5cm
- もやし 50g
- きゅうり 1本
- ◆ ごま油 小さじ2 / 3
- ◆ さとう 小さじ2
- ◆ しょうゆ 大さじ1強
- ◆ 酢 大さじ1 / 2
- ◆ 洋辛子 小さじ1 / 3