



春雨とカニのサラダ

材料(作りやすい量)

春雨	30 グラム
カニかま	6 本
きゅうり	1/2 本
溶き卵	1 個
サラダ油	少々
○しょう油	小さじ2
○砂糖	小さじ1
○酢	小さじ2
○ごま油	小さじ1

作り方

- ① 手鍋にお湯を沸かし、春雨が柔らかくなるまで湯でる。
- ② 柔らかくなった①の春雨をザルにあげて流水で冷まし、水気をきったら、好みの長さに切る。
- ③ 温めたフライパンにサラダ油をひき、溶き卵を注ぎ入れ、炒り卵を作り、あら熱を取っておく。
- ④ カニかまぼこをほぐし、1センチくらいの長さに切る。
- ⑤ ボールに○印の調味料を入れて、よく混ぜる。
- ⑥ ⑤のボールに、②の春雨、③の炒り卵、④カニかまぼこを入れ、まんべんなく調味液が行き渡るように和える。
味を整えて完成です♪

