



5/27(水) 梅昆布のさっぱり春雨

(材料)

春雨：20～30g

梅干し(大きめのもの)：1粒

塩昆布：ひとつまみ

きゅうり：1/3本

塩：少々

ぽん酢：少々

① 春雨は戻してさっと茹で、水気を切って食べやすい長さに切る。

② 梅干しは種を除いて叩く。

③ きゅうりは薄切りにして、塩少々を振り、出た水気を絞る。

④ ボウルに①、②、③、ぽん酢を入れて和える。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター(3階と地下1階)に置いてあります。
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。