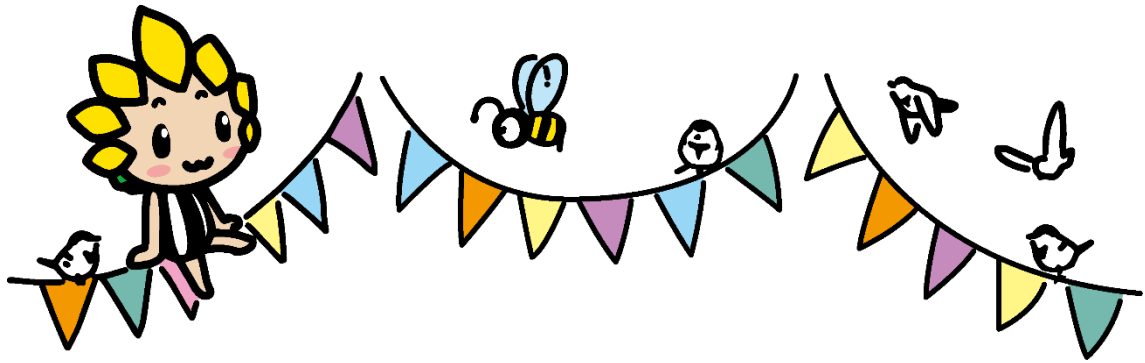




中華きゅうり

〔材料（幼児2人・大人2人分）〕

- きゅうり 200g（中2本程度）

〔調味料〕

- 砂糖 4g（小さじ1強）
- しょうゆ 8g（小さじ1と1/2）
- 酢 7g（小さじ1と1/2）
- ごま油 4g（小さじ1）

〔作り方〕

- ①きゅうりは半月に切ってから斜め切りにする。
さっと茹でて冷ましておく。
- ②【調味料】を合わせ、①に和えたら完成。

※大根やにんじん、白菜などでも美味しく召し上がることができます。