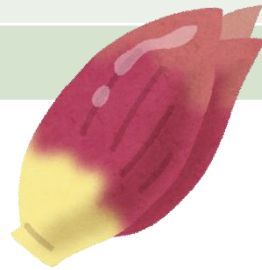


きゅうりとハムとみょうがのさっぱりサラダ

材 料	分量 (2人分)	切り方等
きゅうり	1本	細千切り
ロースハム	2枚	細千切り
みょうが	2個	細千切り
こいくちしょうゆ	大さじ1	
酢	大さじ1/2	



レシピ:東京家政学院大学 人間栄養学科生

- ①ハム、きゅうり、みょうがを細千切りにする。
- ②しょうゆと酢を合わせておく。
- ③①に②を合わせて、盛り付ける。

*きゅうりとハムとみょうがは、
なるべく細く切った方が味が染みてより美味しくなります！