

給食メニュー紹介

今月のメニューは、「きゅうりのコロコロ漬け」です。

【材料(4人分)】

きゅうり・・・2本

塩・・・・・・・・1g

しょうゆ・・・小さじ1

ごま油・・・小さじ1

【作り方】

- ① きゅうりは、よく洗い、1cm幅の小口切りにする。
- ② 鍋にお湯を沸かし、切ったきゅうりを入れて、すぐにザルにあげ、水をかけて冷ます。
- ③ ②に、調味料を和える。

※食べる1時間くらい前に作っておくと、味がよくしみます。