



簡単レシピ

レンジで簡単！春雨サラダ



春雨、にんじんは茹でずにレンジでいっしょにチンするだけなので、とても簡単です♪

コツ・ポイント

コツやポイントはありません！とにかく簡単です。

材料(4人分)

春雨	60g
にんじん	1/3本
ハム	4枚
A 水	1カップ
A しょうゆ	大さじ2
A 砂糖	大さじ2
A 酢	大さじ2
B ごま油	大さじ1
B いらごま、すりごま	各大さじ1

1. にんじん、きゅうりはせん切り、ハムは細切りにする。



2. 耐熱ボウルに、春雨をはさみで半分に切って入れ、にんじんをのせる。



3. Aを回しかけ、ふんわりラップをし、電子レンジで約5分加熱する。

4. レンジから取り出し、全体をよく混ぜそのまま5~10分ほど置く。

5. 煮汁がほとんどなくなったら、きゅうり、ハム、Bを加え、よく混ぜる。

