

小松菜とハムの春雨サラダ

材料（2人前）

春雨50g 小松菜200g

ハム3枚 水適量

調味料

酢大さじ2 白ごま大さじ1

醤油大さじ1 鶏がらスープの素小さじ1

砂糖小さじ1~2 ごま油小さじ1

にんにくチューブ小さじ半分



作り方

- ① 耐熱ボウルに春雨を入れ、春雨全体が隠れるほどの水を入れる。小松菜をキッチンバサミで切って入れ、ラップをかける。600wのレンジで5分加熱する。



- ② ①をザルにあげて流水で洗って冷まし、水気を絞ってボウルに入れる。(A)とキッチンバサミで切ったハムも入れ、よく和えたら出来上がり。



ポイント

冷蔵庫で1時間ほど冷やすと、より味がなじんできます。