



おうちで作ってみよう!



五色なます

<材料>

大根		120 g
にんじん		20 g
れんこん		60 g
干しいたけ		大きいもの 1 枚
油揚げ		1/2 枚
砂糖	A	小さじ 2/3
しょうゆ		小さじ 1
砂糖		小さじ 2/3
塩	B	1 つまみ
酢		小さじ 1
しょうゆ		小さじ 1 と 1/2

すっぱすぎないなますです。

紅白がきれいななますは、水引に
みたてています。お正月には平和
を祈っていただきましょう。

- ① 干しいたけは戻し、せん切りにします。油揚げは、油抜きをし、短冊切りにします。大根・人参はせん切りにし、さっと茹でて水で冷やしておきます。
- ② れんこんはいちょう切りにし、酢でさっと煮ます。
- ③ ①の干しいたけ・油揚げ・干しいたけの戻し汁を A の調味料と煮ます。
- ④ 全て混ぜます。

たのしい おうち時間になりますように ♡