



自家製切り干し野菜とドライフルーツの胡麻酢和え

材料)

干し大根40g (大根約200gを干すと大体40gの干し大根になります。)

ドライフルーツ適量 いちじくだと1個、レーズンだと大さじ1強ほど

ねりごま大さじ2

A=薄口醤油・米酢各大さじ1/2

茹で汁大さじ1~

※切り干し野菜は、お好みで切ってお召し上がりください

作り方)

1. 鍋に水200cc (分量外) を入れて火にかけて、沸騰したら火を止めて干し大根と適当な大きさに切ったドライフルーツを入れて混ぜ、戻るまで置く。
(レーズンや細かいドライフルーツの場合はそのままの大きさで大丈夫です。)
2. ボウルにねりごま、Aを入れてよく混ぜ、1の茹で汁を注いで乳化させる。
3. 冷めたら1をぎゅっと絞って加え、よく和える。