

【中高生の部】

柳井中学校 1年
井上 由佳理さん

優良

超簡単！切干し大根うまさラダ



作品のアピールポイント

3つの野菜を一口で食べることで、それぞれにしみたうま味を感じられます！

審査員のコメント

色の組み合わせがよく、しっかりとみえがあって良かったです。簡単に作れるところもいいですね。

材 料（4人分）

切りぼし大根・・・乾 40g
にんじん・・・80g
きゅうり・・・100g

白だし・・・小さじ4
すりごま・・・大さじ2
かつお節・・・2パック
ごま油・・・小さじ4

作 り 方

- ①切りぼし大根は、水につけてもどして水をしぼり、軽くゆでてザルに上げる。冷めたら水をしぼる。
- ②にんじん、きゅうりはせん切りにする。
- ③にんじんは電子レンジ強で1分加熱する。
- ④ボウルに切りぼし大根、にんじん、きゅうりを入れて白だしで味付けし、すりごま、かつお節、ごま油を入れて全体をまぜ合わせたら完成。