



# 乾物やストックに光を 中華春雨サラダ



## 🐾 春雨

ロマンチックな名前の割には  
(失礼) 原料はでんぷんです。  
どっかりとじゃが芋・さつま芋・  
緑豆などです。最近じゃが芋  
& 緑豆などミックスタイプも  
見られます。ツルンとした食感  
のどっこしがいいです。

### 1. 材料 (つくりやすい分量)

- |                      |       |                  |
|----------------------|-------|------------------|
| 春雨                   | 25g   | 1袋で50g入り<br>その半分 |
| きゅうり                 | 1本    |                  |
| 卵                    | 1/2コ  | 玉玉汁の残りです         |
| ① ハム                 | 2枚    |                  |
| しょうゆ                 | 大さじ1  |                  |
| 酢                    | 大さじ1  |                  |
| さとう                  | ひとつまみ |                  |
| ごま油                  | 大さじ1  |                  |
| とりがらすープの素<br>(顆粒タイプ) | 小さじ1  |                  |
| 白ごま                  | 適量    |                  |

### 2. 下準備

- 表示どおりにもどして食べやすい長さにせん切り)
- うす焼卵にしてせん切りに  
Let's try ハードルは高くはないよ。フコッで結構せん切りにするのでアウは見えませんが、どうしてもダメなら大きめのいり卵をせん切り)

すべて合わせてレンジで軽くチンする

なぜ? エヒウ・トリがらすープの素を溶かすため

### 3. つくり方

②の入ったボールに①を入れて混ぜる。はい出来上がり