

# いかとわかめの酢の物



## 材料 (4人分)

|           |       |
|-----------|-------|
| ・キャベツ     | 120g  |
| ・きゅうり     | 160g  |
| ・乾燥カットわかめ | 4g    |
| ・イカ       | 100g  |
| A         |       |
| ・上白糖      | 大さじ 2 |
| ・薄口しょうゆ   | 大さじ 1 |
| ・酢        | 大1・小1 |
| ・すりごま     | 小さじ 2 |

## 作り方

1. キャベツは芯を取り除き、粗めの千切りにする。
2. きゅうりは、薄い輪切りにする。
3. イカは、食べやすい大きさの短冊切りにする。
4. キャベツ、きゅうり、イカ、乾燥カットわかめをそれぞれ茹で、水気をきっておく。
5. ボウルに調味料 A を合わせ、④を加えて和える。

