

みょうがとセロリと蛸の塩昆布和え



大阪府 樋谷 佐江子さん考案

レシピについてのコメント

シャキシャキとしたセロリとみょうがの歯ごたえがたまりません。簡単に出来て美味しいのが一番。火を使わないので、これからの季節にピッタリです。半夏生も近いので、栄養成分たっぷりの蛸を入れました。

材料（4人分）

- * みょうが・・・3コ
- * セロリ・・・1/3本
- * 蛸・・・50g
- * 塩昆布・・・15g

1. みょうがは縦半分に切り、薄く細切りにする。セロリは斜め薄切り。蛸も薄くそぎ切りにする。
2. ボウルにみょうが、セロリ、蛸、塩昆布を入れて和える。