

さっぱりなのにコクがいい

きゅうりの胡麻まみれ



Cucumber Sesame



叩く 献立

冷やしてさらにおいしく！

撮影料理 スタイルング / kumie ochi
構成 / naoki onishi

□材料

きゅうり	3本
きゅうり漬の素	5g
すりごま	大さじ2
ごま油	大さじ1

□作り方

- ①きゅうりをよく洗い、両端を切り落とし、めん棒でたたいてひと口大に割る。きゅうり漬の素の半量をきゅうりにまぶしてしばらく置く。
- ②①のきゅうりの水気を軽くしぼり、ごま油を回しかける。残りのきゅうり漬の素、すりごまを加え、混ぜ合わせたらできあがり。