



# かんぴょうと夏野菜の ぽん酢あえ



※写真はイメージです

# かんぴょうと夏野菜の ぽん酢あえ

## [材料(4人分)]

かんぴょう	25g
とうもろこし	1/2本
きゅうり	1本
パプリカ 赤	1/2個
黒酢ゆずぽん酢	大さじ3

## [作り方] 調理時間:約20分

1. かんぴょうはさっと洗ってから、鍋に湯を沸かし2分茹でる。ざるにあけ、粗熱がとれたら水気を絞り3cm幅に切る。
2. とうもろこしは軸がついたまま塩茹でし、粗熱が取れたら軸に沿って包丁を入れ、粒の状態にして冷ます。
3. きゅうりは細切りにし、塩(分量外:小さじ1)を振って5分ほど置き水を出す。その後水洗いし、よく水を切る。パプリカも細切りにする。
4. 1、2、3をボウルに入れぽん酢であえる。

※15分ほど置いて味をなじませるとよりおいしいです。

### 使った商品はこちら

ISETAN MITSUKOSHI THE FOOD  
無漂白かんぴょう



ISETAN MITSUKOSHI THE FOOD  
黒酢ゆずぽん酢



ISETAN  
MITSUKOSHI  
THE  
FOOD

ISETAN MITSUKOSHI THE FOOD  
無漂白かんぴょう

栃木県産の原料を使用。  
添加物を使用せず素材本来の  
甘みを引き出しました。  
下処理不要の便利な一品です。



ISETAN  
MITSUKOSHI  
THE  
FOOD

ISETAN MITSUKOSHI THE FOOD  
黒酢ゆずぽん酢

黒酢を使用した柚子が薫るぽん酢。  
だしを効かせ塩分控えめに。

