



## 1 大根の甘酢あんかけ

仁科 三代子さん作

### 材 料

・大根(中)	1/2本	・三杯酢又は、すし酢(好み)
・そば(打ち上げ)	80g	・ブロッコリー又は、 そばの新芽適量
・A【三杯酢】		・ハム
酢	大さじ2	5枚
砂糖	大さじ1~1・1/2	・油
塩	小さじ1/2	適量
うすくちしょうゆ	少々	
だし汁	大さじ1	

### 作 り 方

- 1 大根の皮をむき、15cmの輪切りに切り細い千切りにする。
- 2 氷水に20分、大根をひたしたらザルに上げてしっかり水を切る。
- 3 そばをカリッと揚げる。
- 4 Aの調味料を合わせておく。
- 5 お皿に大根を山の様に盛りAをかけ、揚げたそば、新芽、ハムを散らし完成です。