

越前市特産
緑しきぶきゅうりレシピ

緑しきぶきゅうりのごま和え

誰でも簡単に作れて、アレンジも自由自在！
和風、洋風、中華 なんにでも活用できます。

<4人分>

きゅうり	300g
塩	小さじ1/2
すりごま	大さじ1
しょうゆ	小さじ1強



作り方



写真①

①材料を準備する。

写真②



②きゅうりを洗い厚めの輪切にする。

写真③



③塩をふりしんなりさせる。

写真④



④ざるに入れ水気をきる。

写真⑤



⑤ボールに入れ、しょうゆとごまを混ぜ合わせ出来上がり！

写真⑥



⑥しょうゆとかつお節で和えると、うまみと風味がより一層感じられる。

写真



⑦ゆかりや梅干しで和えると、さっぱりした味付けになる。

写真⑧



⑧汐吹昆布を使うと、手軽に和え物ができる。