

副食

きゅうりのごま和え

[1人分] エネルギー：70kcal 塩分：0.7g



材料 [4人分]

- きゅうり：2本
- 白すりごま：40g
- 醤油：大さじ1

作り方

1

きゅうりは縦半分に切り、斜めの薄切りにします。

2

ボウルにすべてを入れて混ぜ合わせてから、器に盛ります。