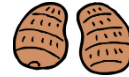


里芋のおかか梅マヨ和え



<材料> 子ども 4人分

里芋 中 4個
きゅうり 1 / 4本
塩 少々
梅干し 1粒

A { マヨネーズ 大さじ 1
しょうゆ 少々
かつお節 少々

(作り方)

- ① きゅうりは輪切りにし、塩もみする。
- ② 梅干しは種を取って、包丁で細かく刻む。
- ③ 里芋は皮をむいて、角切りにし、やわらかく茹でる。
- ④ ③にAと①を入れて混ぜる。
- ⑤ ④にかつお節を和える。