

仙台 麩レシピ



和え物

仙台麩のシンプル酢の物



【材料】	分量 (4人分)
仙台麩 (1cm幅の輪切り)	1/2本
きゅうり(小口切り)	1本
生わかめ(薄切り)	30g
カニかま	4本
【調味料】	
酢	大さじ4
砂糖	大さじ1
薄口しょうゆ	大さじ1

【調理方法】

1. 仙台麩を10分程度ぬるま湯に浸し、軽く絞って水気をきる。
2. きゅうりは、分量外の塩でもみ、塩を洗い水気を切っておく。生わかめは食べやすい大きさに切っておく。カニかまはほぐしておく。
3. ボウルに調味料を合わせ、仙台麩を加え汁を吸わせ、他の材料も加えて混ぜ合わせる。