

**給食メニュー紹介** 今月のメニューは、「かんぴょうサラダ」です。

**【材料(4人分)】**

かんぴょう(乾燥)・・・15g  
きゅうり・・・・・・・・・・80g  
コーン缶・・・・・・・・・・40g  
ツナ缶・・・・・・・・・・60g  
マヨネーズ・・・・・・・・大さじ2  
酢・・・・・・・・・・大さじ1  
塩・・・・・・・・・・少々  
こしょう・・・・・・・・少々

**【作り方】**

- ①かんぴょうをもどす。(さっと洗い、塩でもみ、塩を水で洗い流した後、鍋にたっぷりのお湯で好みの硬さにまで茹でる)
  - ②茹でたかんぴょうを冷水で冷まし、2cm幅に切り、しぼって水気を切る。
  - ③きゅうりは半月切りにし、コーンとツナは汁気を切っておく。
  - ④材料と調味料を和えて、出来上がり。
- ※市販の和風ドレッシングなどで和えてもおいしいです。