

絶品パリパリきゅうりの簡単ゴママヨサラダ

きゅうりの食感が絶妙！やみつきになる味です。

材料(1人分)

- ・きゅうり 50g(1/2本)
- ・塩 1.5g
- ・卵 1個
- ・かに風味かまぼこ 15g

[A]

- ・マヨネーズ 大さじ1 (14g)
- ・白すりごま 12g
- ・めんつゆ 7g
- ・ごま油 2g
- ・砂糖 1g
- ・かつおぶし 0.5g



<作り方>

A[下準備をする]

- ①きゅうりは、縦半分に切ってから、約3mmの厚さに斜めにスライスする。塩をまぶして混ぜ、しばらく置いておく。しばらくたったら、さっと水で洗って、ギュッと絞る。



- ②卵は茹でて、冷水で冷ましたら、皮をむいてフォークで粗くつぶす。
- ③かに風味かまぼこは、ほぐしておく。

B[和える]

- ①ボールにきゅうり・かに風味かまぼこ・ゆでたまごと[A]を加えて和える。
※味をみて、物足りないときは塩こしょうをする。

<アレンジ！>

- ・かに風味かまぼこの代わりに、竹輪や普通のかまぼこでもOK！おせち料理の残りかまぼこを薄切りにして入れたり、かずのこを入れたりしてもOK！