

有機金ごまみそだれのホットサラダ

～有機の金ごまは大地で育った美味しい蒸し野菜がよく合います～



★使用商品：有機金ごまいりごま60g

＜材料＞4人分

有頭海老	8尾
じゃがいも	2個
にんじん	1本
カリフラワー	1/2株
鞘いんげん	12本
ゆで豆	カップ1/2
ごまみそだれ	
有機金ごまいりごま	60g
味噌	大さじ3
砂糖、だし汁	各大さじ2
① 酢大さじ1+醤油	小さじ1
② マヨネーズ	大さじ1+
練り辛子	小さじ1

＜作り方＞

1. 海老は背ワタを取る。
2. 野菜は食べやすい大きさに切る。
3. 器に 1.2.とゆで豆をのせ、水1/2カップを入れ、ふたをして蒸し煮にする。
4. ごまみそだれの材料を合わせる。3つに分け、①と②と混ぜないものの3種類たれを作る。
5. 3.に 4.のたれを添える。

金ごま本舗株式会社

兵庫県宝塚市山本中3丁目19-26

TEL:0797-80-4150

<http://www.Kingoma.co.jp/>