

# 給食レシピ紹介

## アーモンドおひたし

～10月25日の献立から～

### 材料（4人分）

キャベツ	120g
もやし	90g
小松菜	40g
にんじん	30g
●うす口しょうゆ	大さじ1/2
●穀物酢	小さじ1
●砂糖	小さじ1
●ごま油	小さじ1/2
スライスアーモンド	12g



### 作り方

- ①キャベツ 1cm 幅の短冊、小松菜 食べやすい長さ、にんじん せん切りにする。  
野菜を茹でて冷ます。  
アーモンドはから煎りする。

- ②水気をきった野菜、アーモンドを●の調味料であえる。

※酢の酸味とごま油の風味、アーモンドの食感がよいアクセントになっています。