



※写真はイメージです。

簡単にできるたたききゅうりの浅漬け

たたききゅうりとツナのサラダ

材 料 (2人分)

きゅうり……………2本

キッコーマン

濃いだし本つゆ
(濃縮つゆ)……………大さじ2

ツナ缶
……………小1/2缶(約30g)

作り方

1. きゅうりは麺棒などでたたく。
2. ビニール袋に1のきゅうりと濃縮つゆを入れて、15分おく。
3. 2の汁気をきり、ツナを和える。
4. 器に盛り付ける。