


## ピリ辛きゅうり和え

		<b>材料(4人分)</b>			
		きゅうり	1本		
		A {	砂糖	少々	
			穀物酢	小さじ1	
			濃口しょうゆ	小さじ2	
			ごま油	小さじ1	
			一味とうがらし	少々	
<b>1人分栄養量</b>	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	
	13kcal	0.8g	0.4g	0.4g	



### 作り方

1. きゅうりは、乱切りにする。
2. Aを混ぜ合わせ、1と和える。