

たこの酢の物

材料 (2人分)

ゆでだこの足	2本(150g)
わかめ	10g
きゅうり	1本
二杯酢	
└だし汁	大さじ2
└薄口しょうゆ	大さじ1
└米酢	大さじ3
いりごま	小さじ1
ごま油	小さじ1



作り方

1. きゅうりは塩をこすりつけて板ずりしてから、小口切りにする。
わかめ(塩蔵の場合は水に浸して塩抜きする)は、1口大に切る。
2. たこは足先を切り水洗いして、薄くスライスする。
3. ボウルに二杯酢の材料を合わせる。
4. 具材を二杯酢に入れ混ぜ合わせ、味がなじむまで冷蔵庫で冷やす。
5. 汁を捨ててごま油をまわしかけ、いりごまを加え和える。
6. 器に盛りつける。

所要時間	30分
主な調理器具	ボウル