

切り干し大根×

野菜ジュースの和え物



[材料]

切干大根 20g

野菜飲料 80ml

塩昆布大さじ1杯



※切干大根は水で戻さない
そのまま入れますが、汚れが気になる場合は
洗ってください。

[作り方]

食品用ポリ袋に入れて揉み混ぜる



食器も汚れない



※すぐに食べられますが、硬いのが苦手な方は
ポリ袋のまま20分以上置いておく
馴染みます。