

人参百頁胡麻油添え

崔 暁光さんの作品

材料(4人分)

人参	1本
百頁 <small>(薄い押し豆腐)</small>	200g
ザーサイ	1個
酢	大さじ1
胡麻油	大さじ1
塩	適量
酒 <small>(料理酒でないもの)</small>	大さじ1/2
うまみ調味料	少々

作り方

1. 人参を千切りする。
(朝鮮の人参はきれいに洗うだけで皮はむかない)
2. 百頁の千切りを熱湯でゆで、冷水にとり水気を切る。
3. ザーサイを水で塩抜きし、千切りする。
(千切りした後塩抜きすると早く抜けるが、その際は、よく水切りすること)
4. 1、2、3に調味料を加え、十分混ぜてから盛りつける。



崔さん

素朴な味でヘルシーな1品。
きっとビールに合うと思います!!

