

# ずいきの酢づけ

<栄養価 (1人分)>

エネルギー 41 kcal たんぱく質 1.2g

脂質 0.0g 炭水化物 8.5g 食塩 1.9g

## 材料 (4人分)

赤ずいき 250g

酢 大5

しょうゆ 大3

みりん 大2

おろし生姜 適宜

## 作り方

①ずいきの皮をむく。熱湯に

入れて茹でる。

熱いうちに調味料をかける。

5cmくらいに切り、しょ

うがをのせる。

