



○ 使用製品 パウミー

○ 栄養成分表示 (1人前)

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
30 kcal	1.0 g	2.1 g	2.2 g	0.3 g

○ 材料 (1人前 = 65g)

- きゅうり 35g
- もやし 25g
- 【材料A】
- ごま油 2g
- 穀物酢 2g
- パウミー 1g

○ 作り方

- きゅうりは千切り、もやしは茹で水気を切る。
- ボウルに材料Aを合わせる。
- ②に①を加え和える。
- ③を冷蔵庫にて冷やして味をなじませる。

