

ささみときゅうりのピリ辛和え

ささみときゅうりの ピリ辛和え

調理時間
10分以内



豆板醤で辛みをきかせ、
マヨネーズでまろやかに。
火を使わないで作れる簡単和え物です。



材料

- ・鶏ささみ…2本
- ・塩…小さじ1/4
- ・酒…小さじ2
- ・きゅうり…1本

《ピリ辛マヨネーズ》
・マヨネーズ…大さじ2
・豆板醤…小さじ1/2

作り方

- ①鶏ささみは筋を取り、ラップをかけて電子レンジで2～3分加熱し、そのまま冷ます。粗熱が取れたらほぐしておく。
(ほぐしてから出た汁をかけるとジューシーに仕上がります。)
- ②きゅうりはななめ薄切りに切る。
- ③マヨネーズと豆板醤を混ぜ、ささみときゅうりを和えて出来上がり。

レシピは精肉売場にてご用意いたしております。