

トウモロコシの  
中華風サラダ

トウモロコシのレシピ



ごま油の香が食欲をそそる！

## 材料（4人分）

トウモロコシ	1本
キュウリ	1本
ミニトマト	10個
すりゴマ	適量
「しょうゆ	適量
A 酢	適量
L ごま油	適量
砂糖	適量

## 下ごしらえ

トウモロコシの皮をむき、ラップし、電子レンジで3分加熱する。

## 作り方

- 1 下ごしらえしたトウモロコシの実をそぐ。キュウリは半月切りに、ミニトマトは半分に切る。
- 2 器に(1)を盛り、すりゴマをかける。
- 3 【A】を混ぜて(2)にかけ、和える。

## ポイント

「ハニーバンタム ピーターコーン」や「しあわせコーン」など黄色と白色の実が入っているバイカラー品種を使うと色どりがきれいでおすすめです。