

## 「エゴマ×ニンジン味噌ドレッシング」

### ●材料（3～4人分）

麴味噌・・・・・・・・・・25 g  
本みりん・・・・・・・・・・20 g  
米酢・・・・・・・・・・18 g  
エゴマ油・・・・・・・・・・小さじ2  
ニンジン・・・・・・・・・・30 g

※味噌の塩分が多い場合は、  
本みりんを増やすとよい。



### ●作り方

- 1、ニンジンをすりおろす。
- 2、カップに本みりんを入れ、500Wレンジで30秒程度加熱してアルコールをとばして冷ます。
- 3、味噌に2を加えて混ぜ、米酢、エゴマ油、1の順に入れてその都度混ぜ合わせる。

※このレシピの複写及び他の講座で使用することはご遠慮ください。