

夏野菜のスパイシーごまソース



ごまとスパイスが香る、さっぱりなのにコクがある冷製サラダ。
素材を小さめに切ってそうめんに乗せれば主食にも！

🍷 材料（4人分）

なす…150g
トマト…100g
きゅうり…80g
みょうが…10g
大葉…2g

練り白ごま…60g
砂糖…35g
しょう油…30ml
煮切り酒…15ml
酢…15ml

A
GABAN® クミンパウダー…1.5g
GABAN® コリアンダーパウダー…0.5g
GABAN® カエンペッパーパウダー…1g

すり白ごま…適量

🍳 レシピ（所要時間:15分※）

- ① なすはくし形に切り、レンジで蒸す。または、蒸し器で蒸して冷ましておく。
- ② トマトはくし形に切る。きゅうりはめん棒などでたたき、長さ4cmに切る。
- ③ みょうが、大葉は千切りにする。
- ④ ボウルにAの調味料とスパイスをすべて入れて混ぜる。
- ⑤ 器に①～③を盛りつけ、④をかけ、すり白ごまを散らす。

※冷ます時間は含みません。