

【自分で作ってみよう！韓国料理！】レシピ

冷製スープ(ネングッ) 胡瓜とわかめの冷製スープ



レシピ提供：全香美先生

◆コツ、ポイント

自家製の出汁醤油が味の決め手！

具材は調味料を加え 10 分ほど味をなじませます！

材料 作りやすい分量 4人分

乾燥わかめ	10g	▶ 調味料	
胡瓜	150g(1本)	出汁醤油	大さじ 1～
玉ねぎ	100g	砂糖	大さじ 3
長ねぎ	20 cm	塩	大さじ 1
えごまの葉	6 枚	酢	大さじ 4
水	800ml	ニンニクすりおろし	6g

▶ 仕上げ

すりごま 大さじ 1
生の唐辛子 お好みで

作り方

調理時間:約 15 分

1. 乾燥わかめを水で 5 分戻す。胡瓜は千切り、玉ねぎは薄くスライス、長ねぎは薄い斜め切り、えごまの葉は千切りにする
2. ボールにえごまの葉以外の具と調味料を加え 10 分程馴染ませる。水を注ぎ、混ぜ合わせたら冷蔵庫で冷やす。食べる直前にえごまの葉、すりごまを加える。
お好みで唐辛子を入れるとピリ辛に。
3. 出汁醤油
醤油に軽く炒った煮干し 5g、昆布 10g を合わせ一日常温で寝かせる。
次の日から冷蔵庫にて保存する。(醤油は継ぎ足し可能で、半年程使用可能)