

# 冷し汁

## ○ 伝承料理のいわれ

夏の暑い時、食事の進まない時に作ります。

さっぱりとしていて、味噌やごまのうま味が楽しめる夏の定番です。

## < 材 料 > 2人分

きゅうり	大きめ1本
みょうが	3個
大葉	2～3枚
ごま	大さじ2杯
味噌	大さじ3杯
水	300cc
氷	3～5個

## < 作り方 >

- 1 きゅうり、みょうが、大葉は薄く切り、軽く塩もみする。
- 2 ゴマは煎って、すり鉢でよくする。
- 3 2に味噌を入れ、軽く混ぜ、水を少し入れて味噌をとく。
- 4 3の中に1を入れ、味をみながら氷を入れる。
- 5 ご飯にかけたり、うどんや素麺のつゆとして食べる。

