

ユーリンチーソース (1人分の目安…15g,14kcal,塩分0.3g)

食品名	1人分(g)	10人分(g)	目安量	処理方法	作り方
にんにく	0.4	4	少々	みじん切り	全ての材料を合わせて加熱する。 鶏のから揚げや、揚げ魚、焼いた厚揚げ、冷ややっこなどにかけて食べると美味しいよ。作り置きしておくと便利です。
しょうが	0.5	5	少々	みじん切り	
根深ねぎ	3.7	37	1/2~1/3本	みじん切り	
きび糖	2	20	大さじ2		
しょうゆ	2	20	大さじ1と小さじ1/3		
穀物酢	2	20	大さじ1と小さじ1		
植物油(ごま油)	0.1	1	小さじ1/4		

