

나트륨 함량  
1.05mg

# 오이파프리카 새콤무침

1 SERVING  
중량 24g



열량  
11.45 kcal



탄수화물  
2.59 g



단백질  
0.18 g



지방  
0.04 g



나트륨  
1.05 mg

## INGREDIENT



오이 ..... 10g  
파프리카(빨강/노랑) ..... 각 5g  
식초 ..... 2g  
설탕 ..... 2g

## RECIPE



**01** 오이는 굵은 소금으로 문질러 깨끗이 씻는다.



**02** 오이를 적당한 두께로 썰고 4등분한다.



**03** 파프리카는 깨끗이 씻은 후 씨를 제거한다.



**04** 파프리카를 적당한 크기로 썬다.



**05** 식초, 설탕, 물을 섞어 단춧물을 만든다.



**06** 단춧물에 오이, 파프리카를 버무린다.



## TIP

절이는 과정이 없는 생채류로 염분 섭취를 줄일 수 있어요.