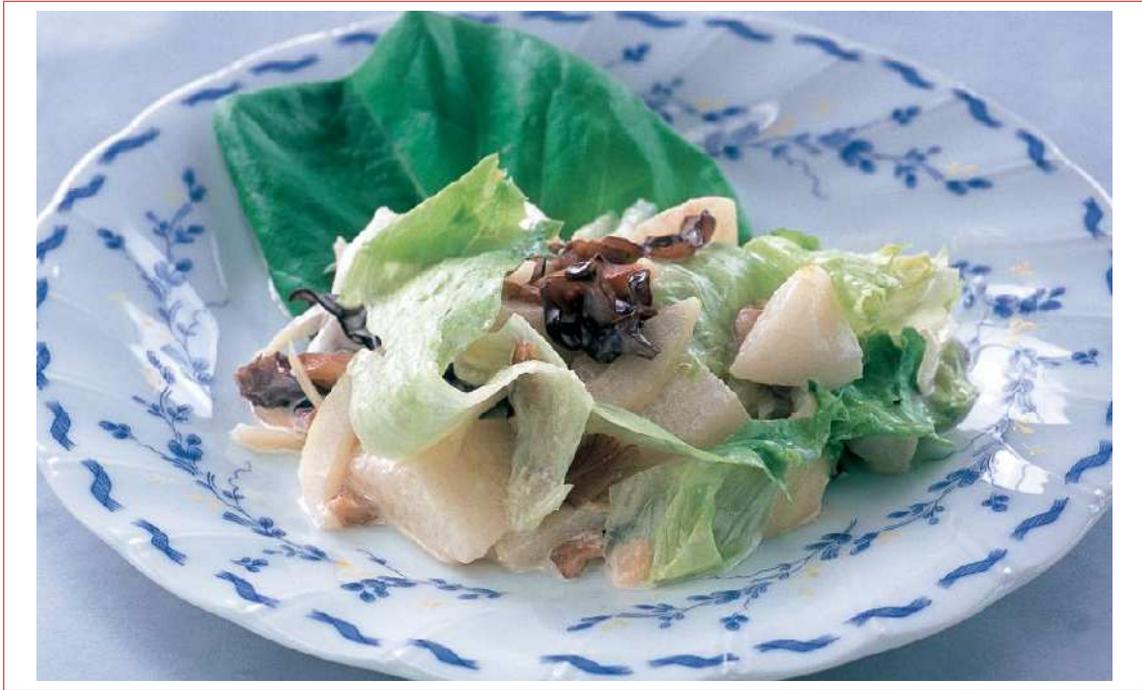




Today's Special

## なしの美味しいサラダ



### 材料

(1人分量)

なし	25.0g
玉ねぎ	5.0g
レタス	10.0g
きくらげ	0.5g
刻みクルミ	3.0g
サラダ菜	5.0g
マヨネーズ	5.0g
辛子	0.15g
酢	3.0g
レモン汁	0.2g
しょうゆ	0.75g

### 作り方

- ① なしは皮をむき、芯をとり 8つ切りにする。
- ② 玉ねぎは、薄切りにして水にさらし、布巾で絞る。きくらげはもどし、ゆがいてざく切りにする。レタスは手でちぎる。
- ③ サラダ菜を敷き、材料をぜんぶ混ぜ合わせ、ドレッシングを添える。

### Check Point

なしは色が変わるので、食べる直前に切っておきます。レモン汁との相性もよいですよ♪