

# つまめ サラダ



<材料>6個分

- ・大根スライス 6枚
- ・レタス 2枚
- ・にんじん 小1/2本
- ・新玉ねぎ 少々

\*つけだれ

- ・白みそ 大さじ1
- ・レモン果汁 大さじ1
- ・オリーブオイル 大さじ1

<作り方>

- ①大根はできるだけ薄くスライスし塩ゆでする。
- ②レタスは適当にちぎり、にんじんは千切り、新玉ねぎは薄いスライスして水にさらす。
- ③つけだれの調味料をよく混ぜておく。
- ④冷めた①で②を巻き、③をつけて食べる。

ポイントは  
手で食べれるということ。

大根スライスでなく、大根を千切りにしてレタスで巻くのもあります。

濃厚なドレッシングなのでつけだれとしました。

簡単に作れるので試してみてくださいね♪



444-0104

愛知県額田郡幸町坂崎字石塔58-4

にんぼう倶楽部

