

さつまいもとりんごのサラダ



さつまいもとりんごの甘さで、
子どもも食べやすいサラダです。
お好みでレーズンを入れても
美味しいです。



材料(4人分)

さつまいも		1/2本
きゅうり		1/2本
りんご		1/6個
マヨネーズ		大さじ2
塩こしょう		適量

作り方

- ① さつまいもはゆでて潰しておく。
- ② きゅうりは2ミリの厚さの半月切りにし、塩を振る。水分が出たら、しぼる。
- ③ りんごは2ミリの厚さのいちょう切りにし、塩水にさらして水気をきる。
- ④ ①②③とマヨネーズを混ぜ、塩こしょうで味を整えてできあがり。

