

春雨サラダ



つるっとした春雨のサラダは子どもたちに人気があります。レモンを使用したドレッシングでさっぱりとした味です。



材料(4人分)

| | |
|--------|--------|
| 春雨 | 20g |
| 白菜 | 1枚 |
| きゅうり | 1/2本 |
| ホールコーン | 大さじ3 |
| 乾燥わかめ | 小さじ2 |
| 酢 | 小さじ1 |
| レモン汁 | 大さじ1 |
| オリーブ油 | 大さじ1/2 |
| 砂糖 | 小さじ1 |
| 塩・こしょう | 少々 |

作り方

- ① 春雨はゆでて、食べやすい長さに切る。白菜は食べやすい長さの千切りにしてゆでる。
- ② きゅうりは千切りにする。
- ③ 乾燥わかめは水でもどしておく。もどいたら水気をきる。
- ④ 酢・レモン汁・オリーブ油・砂糖・塩・こしょうを混ぜ合わせドレッシングを作る。
- ⑤ ①②③とホールコーンを混ぜ④のドレッシングで和えたらできあがり。

*酸味が強かったら砂糖を小さじ2に増やしてください。

