

献立紹介

じゃがいもの中華サラダ



〈材料 4人分〉

じゃがいも	2個
にんじん	1/4本
きゅうり	1本
しょうゆ	大さじ1
ごま油	大さじ1
酢	大さじ1
砂糖	大さじ1
塩	少々
こしょう	少々

〈作り方〉

- ① じゃがいも・にんじん・きゅうりを干切りにする。
- ② じゃがいも・にんじんを蒸して（または茹でて）、冷やす。
- ③ 調味料を合わせてドレッシングを作る。
- ④ 野菜と③をあわせる。