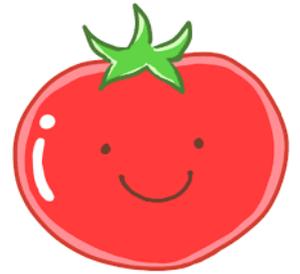
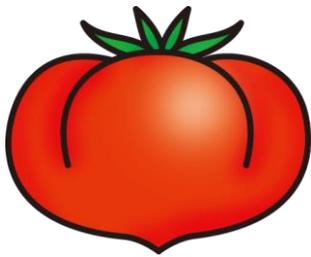


トマトとかにかまの マスタードサラダ

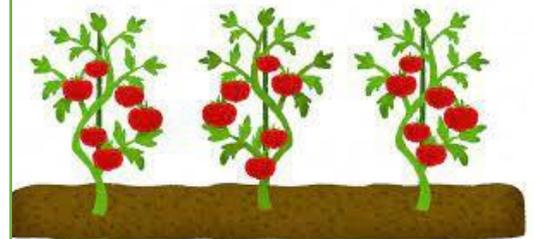


材料 2 人分

きゅうり	1本(100g)
塩	少々
トマト	小 1 個(100g)
かにかま	3 本
コーン	適量

☆マスタードドレッシング

オリーブオイル	大さじ 1
A 粒マスタード	小さじ 2
レモン汁	小さじ 1
塩	少々



作り方

- ① きゅうりは2mm程度の輪切りにして塩を振り、しんなりさせて水気を切る。
- ② トマトは 1.5 cm角に切り、かにかまほこは 5 mm幅に切っておく。
- ③ ①と②とコーンを合わせて A のマスタードドレッシングで和える。