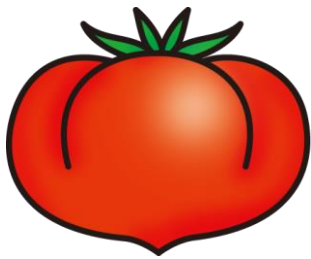


トマトとかにかまの  
マスタードサラダ

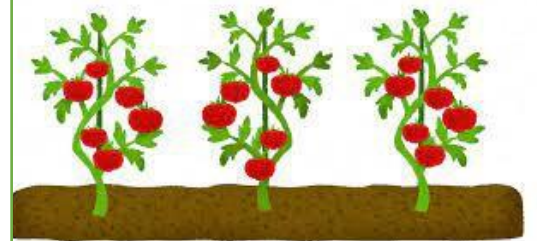


材料 2人分

|      |           |
|------|-----------|
| 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1.5cm角に切り、かにかまほこは5mm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。