

新タマネギとトマトのサラダ



材料（4人分）

新タマネギ	…1と1/4個
ニンジン	…3cm幅
青ジソ	…5枚
キュウリ	…1本
トマト	…中1個
A しょう油	…大さじ2
酢	…大さじ2
ゴマ油	…大さじ1

《タマネギドレッシング》

新タマネギ（1/4個）とニンジンをすりおろし、千切りにした青じそとAを混ぜ合わせてドレッシングをつくる。

作り方

- 1)新タマネギ（1/4個）を5mm角程度の粗いみじん切りにし、水にさらしておく。
- 2)キュウリの皮を縦縞になるよう交互に皮を剥いて塩（分量外）で板ずりする。トマトとともに①の新タマネギと同じ大きさに切る。
- 3) 食べる直前に①と②、タマネギドレッシングを和えていただく。



手作りドレッシングは、粒コショウや粒マスタード、ワサビなどを加えてアレンジすると、いろいろな料理で楽しめるよ！



JAこうか
旬のレシピ集

<http://ja-kouka.shinobi.or.jp/food/recipe/>

他のレシピはこちら!!

