

新玉ねぎ豆苗サラダ& だしドレッシング

やわらかくてあま~い新玉ねぎレシピ③

新玉ねぎ豆苗サラダ&だしドレッシング

材 料 (2人分)

新玉ねぎ	1個
豆苗	1/2パック
ミニトマト	4個
ツナ缶	1缶
(ドレッシング)	
☆玉ねぎ(みじん切り)	適量
☆オリーブオイル	大さじ1
☆酢	大さじ2/3
☆しょうゆ	大さじ1/2
☆だしパック(中身)	小さじ1
※本格・万能だしパック使用	

- 新玉ねぎをスライスして水にさらす。
豆苗も洗って4cm幅に切る。
- ミニトマトは1/2に切り、ツナ缶は油と水分を除いておく。
- ドレッシングを作る。☆を入れてよく混ぜる。
- 新玉ねぎ・豆苗・ツナ缶を軽く混ぜて盛りつけて、ドレッシングをかけてできあがり♪

コツ・ポイント

新玉ねぎの食感を活かすため、繊維に沿ってスライスにする。
普通の玉ねぎでも作れます。
ドレッシングはお好みで味を調えてください。
新玉ねぎは水にさらして辛みを取り除く。