

白菜と柚子のサラダ のレシピ



<材料> 大人2人こども2人分

• 白菜	200g (約1/8玉)	} ドレッシング
• 林檎	25g (約1/10個)	
• 人参	25g (約1/5本)	
• 柚子皮	少々	
• 柚子果汁	少々 (約1/10個分)	
• りんご酢	小さじ1と1/2	
• 塩	ひとつまみ	
• 砂糖	小さじ1	
• 油	小さじ1/2	

<作り方>

- ① 白菜は細切り、林檎と人参、柚子皮は千切りにする。
- ② 白菜と人参は柔らかく茹でて水気を絞る。
- ③ ドレッシングはよく混ぜておく。
- ④ すべての材料を和えたらできあがり！

★白菜の代わりに大根などでも美味しくできます！