



※写真はイメージです。

春に旬を迎える野菜を手軽にたくさん食べられるサラダです！ スナップえんどうとリーフレタスのサラダ

材 料 (2人分)

じゃがいも	1個
リーフレタス	2枚
スナップえんどう	6本
ベーコン	2枚
ミニトマト	4個
キューピーレモンドレッシング (レモンドレッシング)	大さじ3

作り方

1. じゃがいもは皮をむいて、ひと口大に切り、ぬらしたクッキングペーパーで包んで、耐熱容器にのせラップをかけて電子レンジ(500W)で約3分30秒加熱する。
2. スナップえんどうは筋を取り、ぬらしたクッキングペーパーで包んで、耐熱容器にのせラップをかけ電子レンジ(500W)で約1分加熱する。
3. 2のスナップえんどうの粗熱が取れたら、縦半分に切る。リーフレタスは冷水にさらして水気をきり、食べやすい大きさにちぎる。
4. ベーコンは1cm幅に切り、油をひかずに熱したフライパンで炒める。
5. 器に3のリーフレタスを敷き、1のじゃがいも、3のスナップえんどう、4のベーコン、半分に切ったミニトマトを盛りつけ、レモンドレッシングをかける。