



※写真はイメージです。

簡単！切ってドレッシングをかけるだけで出来上がり！

まぐろと豆腐のサラダ

材 料 (2人分)

まぐろ……………100g
 絹ごし豆腐……………1/4丁
 しそ……………2枚
 貝割れ菜……………1/4パック
 フレンチドレッシング……………大さじ1・1/2
 こしょう……………適量

作り方

1. まぐろと豆腐はキッチンペーパーで余分な水気を取り、ひと口大に切る。
2. しそはせん切りに、貝割れ菜は根元を切り落として半分に切る。
3. まぐろ・豆腐を合わせ、器に盛り付けしそと貝割れ菜を飾る。
4. ドレッシング・こしょうをかけて出来上がり。