



※画像はイメージです。

ワインに合う海鮮サラダ

刺身いろいろサラダ

材 料（4人分）

刺身盛り合わせ	16~20切れ分	
みず菜	100g	
玉ねぎ	1/2個	
大葉	10枚	
A	ぼん酢しょうゆ	大さじ2
	市販おろしにんにく	小さじ1
	粗びきこしょう	少々
オリーブ油	大さじ3	
粉チーズ	適量	

作り方

1. 刺身は1切れを半分に切る。
2. みず菜は3cm長さに切り、玉ねぎは薄切りにし、大葉は細切りにする。すべてを冷水に入れてパリッとさせる。
3. Aを器に入れて混ぜ、オリーブ油を少しずつ加えてよく混ぜる。
4. 器に水気をきった2を敷いて1を彩りよく盛り、粉チーズを全体に振り、いただく直前に3のドレッシングを回しかける。