

【献立名】

いちごとりんご、マッシュルームのサラダ

【料理名】

材 料	分 量 (1人分)
レタス	40 g
水菜	25 g
ミックスリーフ	20 g
マッシュルーム	2個
りんご	1/6個
いちご	3個
りんご酢	10 g
サラダ油	3 g
塩、こしょう	少々
いちごすりおろし	1/2個分

【作り方】

- 1 レタス、水菜、ミックスリーフはちぎって混ぜる。
- 2 リンゴ酢、サラダ油、塩、こしょう、いちごのすり下ろし、スライスしたマッシュルームをあえる。
- 3 皿に野菜を盛り付け、2をかける。
- 4 りんごをいちょう切りにし、いちごは半分にカットして3の上に飾る。

