

レモンサラダ

【材料 こども2人分】

●ロースハム 20g ●大根 100g ●きゅうり 20g ●人参 10g

A【●油 小さじ2 ●しょうゆ 小さじ2/3 ●酢 小さじ2/3

●ポッカレモン 小さじ1/3 ●砂糖 小さじ2/3】

【作り方】

1. ロースハムは短冊切りにして茹でる。

2. 大根・きゅうり・人参は細切りにして茹でる。

具材はよく冷やしておく。

3. Aを混ぜ合わせドレッシングを作り、冷やした具材と混ぜる。