

ミタ大根の中華風マリネ

あっさりしたひとしなが欲しい時に！



材料（2人前）

<input type="checkbox"/> ミタ大根	お好きな量
<input type="checkbox"/> 青しそプラウト	1パック
<input type="checkbox"/> 人参	1/2本
<input type="checkbox"/> ミニトマト	5個
<input type="checkbox"/> タコ 又は サーモン	お好きな量
<input type="checkbox"/> 中華風ドレッシング	お好きな量

作り方

調理時間： 15分

- ① ミタ大根はスライスしていちょう切り、人参は千切り、ミニトマトは半分に切る。タコ（又はサーモン）はスライスする。
- ② 全てをボウルに入れ、中華風ドレッシングで和えて完成！

○ポイント

ドレッシングを変えればお好みのサラダマリネに！
自分の好みにアレンジ♪