

人参サラダ

材料(4人前)

人参	1本
しらす	6グラム
黒いりごま	小さじ2
和風ドレッシング	大さじ1

作り方

- ① 人参の皮をおき、細い千切りにする。
- ② ①のお好みの硬さに茹でる。
- ③ 茹で上がった②に、しらすと黒ごま・和風ドレッシングを和えて、味が整ったら 完成です♪