

チョレギサラダ

にんにくの風味と香ばしい胡麻油の風味が食欲をそそる、韓国風のサラダです。



写真 4人分



チョレギドレッシング

ごま油の風味香るチョレギサラダ用ドレッシングです。

コチジャンを配合することでコクを付与し、濃厚な味わいにしました。ガーリックを加えることで風味良く仕上げました。

材料 4人分

材料名	使用量	材料名	使用量
サニーレタス	80g		
きゅうり	40g		
ミニトマト	80g		
白髪ねぎ	15g		
いりごま	少々		
チョレギサラダドレッシング	25g		

作り方

- ①サニーレタスは一口大、きゅうりは薄切り、ミニトマトは半分に切る。
- ②皿に①・白髪ねぎを盛り付けていりごまを散らし、チョレギサラダドレッシングをかける。