

ホタテのマリネサラダ



料理特徴

ナンプラーとライム果汁でエスニック感を出したマリネサラダです。ナンプラーと相性の良いトマトを合わせれば、彩りよいサラダの完成です。

材料 2 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
ホタテ(刺身用)	4個(80g)		
ミニトマト	40g		
ベビーリーフ	50g		
<マリネ液>			
ナンプラー	10g		
ライム汁(レモン汁でも可)	10g		
オリーブ油	10g		

作り方

- ①ホタテは4等分、ミニトマトは半分に切る。
- ②<マリネ液>をボウルに合わせ、①を10分程度漬込む。
- ③②にベビーリーフを加えて手早く和え、器に盛りつけて出来上がり。