

細切り野菜のエスニックサラダ



材料 4人分

材料名	使用量	材料名	使用量
かぶ	120g		
きゅうり	40g		
人参	40g		
パクチー	10g		
ピーナッツ	15g		
<ドレッシング>			
ナンプラー	10g		
レモン汁	20g		
砂糖	10g		

料理特徴

レモン果汁をベースに、ナンプラーの香りが豊かに香るさっぱりとしたエスニック風サラダです。

作り方

- ①かぶ・きゅうり・人参は千切りにして氷水にさらす。
- ②パクチーは食べやすい大きさにちぎる。ピーナッツはフライパンで香ばしく炒って細かく刻む。
- ③①の水気をよくきってパクチーと合わせ、<ドレッシング>を和える。
- ④器に③を盛りつけ、ピーナッツを散らして出来上がり。