



<http://kazusa-aisai.net/>

ロメインレタスのからし和え

材料 (4人分)

ロメインレタス	1株
かにかまぼこ	50 g
炒り白ゴマ	少々
A	マヨネーズ 大さじ1弱
	和からし 小さじ1弱
	ポン酢 小さじ1
	塩 少々
	みりん 小さじ1

作り方

- ① ロメインレタスは、沸騰した湯に塩を加え、20~30秒ほど茹でて冷水にとる。
しっかりと水気を絞り、3cmの長さに切る。
* レタスの食感を残すため、熱湯にさっとくぐらせるイメージで茹でるとよい。
水気は切ってから再び絞るとしっかりと絞れる。
- ② かにかまぼこはロメインレタスと同じ位の長さにし、適当な大きさにほぐしておく。
- ③ ボールにAの調味料を混ぜ合わせておき、①のロメインレタスと②のかまぼこをほぐしながら加えて和える。
- ④ 器に盛り付け、上からいりゴマをふって出来上がり。

* からしの量はお好みで加減してください。錦糸卵を彩で合わせのもおすすめです。