

梨と水菜のサラダ



材 料 (3 ~ 4 人 前)

梨	1個
水菜	1/2袋(約100g)
カラーパプリカ	1/2個

ドレッシング(作りやすい分量)	
A { サラダオイル	100cc
お酢	60cc
お砂糖	大さじ1
塩	小さじ1
玉ねぎ	1/2個

作 り 方

- 1) 梨は皮をむいて千切りにする。
- 2) 水菜は3cmくらいの長さに切り、パプリカは細切りにして水に放ち、パリッとさせる。
- 3) 水気を切った野菜と梨を和えて盛り付け、食べる直前にドレッシングをかける。

<ドレッシング>

- * Aをすべて混ぜ合わせ、玉ねぎをすりおろして加える。
- * ドレッシングは冷蔵庫で2~3日保存出来ます。