

# 軟白ねぎの生ハムサラダ



## 【材料】（2人分）

### <サラダ>

軟白ねぎ	1本
きゅうり	1/2本
ミニトマト	4個
レタス	1/4個
生ハム	5枚

### <ラー油ドレッシング>

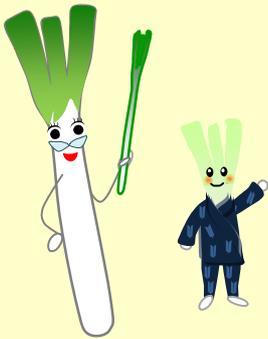
☆食べるラー油	大さじ2
☆醤油	大さじ1
☆砂糖	小さじ1

- ①きゅうり、ミニトマト、レタス、生ハムを食べやすい大きさに切る。
- ②軟白ねぎで白髪ねぎを作る。
- ③①をお皿に入れて、その上に白髪ねぎを盛り付けて完成♪

### <ドレッシング>

☆を全部混ぜたら出来上がり！

お好みで胡麻や中華ドレッシングでもおいしいですよ！



# 軟白ねぎとにんじんのピクルス



## 【材料】（2人分）

軟白ねぎ	1本
にんじん	小1本
ミニトマトなど（お好みの野菜で）	適量
寿司酢	150cc
水	150cc
ブラックペッパー	適量



- ①寿司酢と水を鍋に入れて煮立たせる。
  - ②乱切りにした人参を①の鍋にいれて1分煮る。
  - ③②を深めの瓶や容器（蓋のできるもの）に入れる。
  - ④その中に4~5cmの長さに切った軟白ねぎやミニトマト、ブラックペッパーを入れる。
  - ⑤粗熱がとれたら蓋をして、冷蔵庫で冷やして出来上がり♪
- ☆一晩経つと馴染んでおいしくなります！

