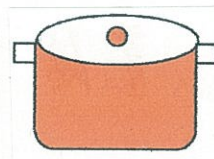


このレシピで

野菜が 100 g
とれます♪

ここがスゴイ！！



簡単彩りサラダ

材料

- ・サラダ用カット野菜 70g
- ・アボカド 20g (1/4個)
- ・ミニトマト 10g (2個)

・お好みのドレッシング 適量



調理手順

- ①アボカドとミニトマトは薄切りにする。
- ②カット野菜、アボカド、ミニトマトを彩りよく器に盛り、ドレッシングをかけて出来上がり。

お好みで
エビを入れても
おいんです！