



神奈川県

KANAGAWA



旬の野菜のおすすめサラダ

kewpie

大根とツナのごまマヨ和えサラダ

材料(2人分)

- 大根.....200g ツナ(缶詰)水煮.....1缶
- 大根の葉.....100g 塩.....少々
- 水菜.....20g
- ① キューピーハーフ.....大さじ2
- ② キューピー 深煎りごまドレッシング.....大さじ1

サラダの作り方

大根は皮をむき、いちょう切りにし、塩でもみ、約5分おいて水気をきる。

大根の葉はよく洗い、3cm幅に切り耐熱容器にのせる。ラップをふんわりかけ、レンジ(600W)で約1分加熱する。水にさらして水気をきる。水菜は長さ5cmに切る。野菜、汁気をきったツナと①を混ぜ合わせ、盛り付ける。



シャキツとした大根と 深煎りごまの香りがあう

1日あたりの野菜摂取目標量
(350g以上)の約1/3が摂取できます!

＼甘くてち密な肉質の大根/
三浦のだいこん



海に囲まれた三浦半島は、冬でも温暖な気候で、品質のよい大根が育ちますので、全国的な生産地となっています。



「三浦のだいこん」はかながわブランドに登録されています



野菜はどうして大切なの？



誰よりもサラダのことを大切に考え、サラダの価値を引き出し、おいしいサラダをお届けしたい。その想いを「サラダファースト」という言葉に込めています。

新たな食卓価値の創造

食文化

社会・世界とのふれあいを

健康

心も体もヘルシーに

サステナブル

地域・環境とのつながりを



詳しいレシピはコチラ

