

＼毎食、自分らしく、サラダをプラス！／

まるごとブロッコリーとコーンのサラダ

材料(2人分)

ブロッコリー	1/2株
ゆで卵	1個
キューピー深煎りごまドレッシング	大さじ3
サラダクラブ北海道コーン	1袋

作り方

1. ブロッコリーは小房に分け、茎はよく洗い、皮をむかずに1cmの角切りにする。
2. ①をぬらしたクッキングペーパーで包んで耐熱容器に入れ、ふんわりとラップをかけ、レンジで約4分加熱する。
3. クッキングペーパーを取り、ドレッシング大さじ2を加えてフォーク等でブロッコリーをくずしながら混ぜ合わせる。
4. 器に③、コーン、くし形切りにしたゆで卵を盛りつけ、残りのドレッシングをかける。



お好みでベーコンをのせてもおいしく召し上がることができます。
アレンジレシピもぜひお楽しみください！

