

＼毎食、自分らしく、サラダをプラス！／

スプーンで食べる

お豆ときゅうりのチョップドサラダ

材料(2人分)

きゅうり	1本
ミニトマト	8個
プロセスチーズ	30g
キューピーレモンドレッシング	大さじ2
サラダクラブ ミックスビーンズ	
ひよこ豆/青えんどう/赤いんげん豆	1袋(50g)



作り方

1. きゅうりとプロセスチーズは1cmの角切りにする。
ミニトマトは4等分のくし形切りにする。
2. ボウルに①とミックスビーンズを入れ、ドレッシングで和える。



カレーライスなどの付け合わせに、1本のスプーンで
食べることができます！
レモンドレッシングでさっぱりとした味わいです。

