

町子通信 No.24



～春の食卓を彩るサラダ特集



ヤマサ蒲鉾
ワンダフルサラダ 5本×2
極細繊維でほぐれやすく
ジューシーなカニカマ



丸善
魚河岸ソーセージ
40g×5本
たら、たい、まぐろを使用した
高品質なソーセージです。



食通
ごまドレッシング 230ml
厳選した上質ごまをたっ
ぱり使った風味豊かなド
レッシング



だいずデイズ
蒸しひよこ豆 85g
オーガニックひよこ豆100%使用



キューネ
フライドオニオン 100g
新鮮な玉ねぎをカットしクリ
スピーな味わいに仕上げています。



マコーミック
フレンチドレッシング 150ml
胡椒とハーブの香味が爽や
かな味わい。



高知県産特産品販売
サラダかつおカット 1本
トロカツオを使用し、やわらか
く仕上げた焼きカツオ



★町子さんのサラダレシピ★



わかめサラダ寿し



【材料】

- 温かいごはん 2合分
- だいずデイズ蒸しもち麦 1袋
- キタノセレクション青じそドレッシング 適量
- 乾燥カットわかめ 5g
- きゅうり 1本
- かいわれ 1/2パック
- カニカマ 1/2パック
- 魚肉ソーセージ 1本

【作り方】

- ①ご飯にもち麦・青じそドレッシングを60ccほど混ぜて冷ましておく。
- ②わかめは戻して水を切る。
- ③きゅうりはうす切りにして塩もみしておく。かいわれは根を取り、青じそは千切りにする。
- ④ワンダフルサラダは手でほぐし、ソーセージは縦に2等分し、斜めうす切りにする。
- ⑤①に②③④の具を混ぜる。味を見て足りなければドレッシングを足す。

魚肉ソーセージとカニカマで簡単♪

りんごのサラダ



【材料】

- りんご 1個
- セロリ 1本
- 春キャベツ(内側の柔らかい葉) 3~4枚
- カマンベールチーズ 100g
- くるみ 50g
- キタノセレクションにんじンドレッシング 適量

【作り方】

- ①りんごは8等分にしてうす切りにし、塩水にさらして水を切る。
- ②キャベツは一口大に手でちぎり、セロリはスジをとりうす切りにする。
- ③カマンベールは16等分、くるみは粗く切る。
- ④全ての材料をドレッシングで和えて出来上がり♪

白ワインやロゼのスパークリングと合わせてもおいしい!

☆レシピで使用した商品☆



だいずデイズ
蒸しもち麦 70g
国産もち麦100%使用



キタノセレクション
青じそドレッシング
酸味を抑えたまろやかな
味のドレッシングです。



キタノセレクション
にんじンドレッシング 240ml
国産にんじんのすりおろしがたっぷり
コクがあるのにさっぱりとした味

