

シーフードサラダ



調理時間約7~8分 / *1人前の原価約198 円（以下材料に限っての原価です）

！ 材料約2人前

エビ・・・4本

ホタテ・・・4個

ワカメ・・・適

うど・・・適

ミョウガ・・・1/2個

大根・・・適

人参・・・飾り

万能ねぎ・・・少々

ミニトマト・・・2個

美味(おい)だれドレッシング

美味(おい)だれ・・・30cc

濃口しょう油・・・10cc

お酢・・・5cc

砂糖・・・少々

オリーブオイル・・・5cc

！ 作り方

こちらの料理は至って簡単です。お好きな海の幸やお野菜を盛り合わせてください。

美味(おい)だれドレッシングは、全て混ぜ合わせれば出来上がりです。お好みで七味やカラシなどを混ぜると宜しいかと思います。特に決まりは無いので楽しんでください。

美味（おい）だれドレッシングで使用されている砂糖は、酢の味を和らげるために必要なだけですので、味加減を見て入れてください。

【コメント】

・美味(おい)だれドレッシングにピクルスの粗みじんを入れたり、タマネギを粗みじんにし、オリーブオイルで炒めたものを入れたりしても美味しかったです。
想像次第で色々な料理、味付けが楽しめますのでお試しください。