

# 新玉ねぎのサラダ

1999.5.6.



Mizuhori  
S. Saito

新玉ねぎは ~~●~~ みずみずしくて、甘くて 生の  
食べるのが一番おいしいです。うすくスライスして  
塩でもみ 水にさらすと辛みがぬけて  
いろいろな お料理に使えます。

かんたんなのは さらし玉ねぎに かつお  
ぶしと おしょうゆか ホン 酢をかけて...  
お酒にも合います。

## ● サラダの材料

新玉ねぎ、大根、人参、

その他、海そう、レタスなどあるものを  
ドレッシング、塩、こしょう、しょうゆ、ごま油、酢

## ● つくりかた

- ① 大根、人参は 細くせんざりに。  
海そう、レタスはナベやすい大きさに
- ② さらし玉ねぎを①にまぜ ドレッシングを  
かけます。