

豆腐とアボカドのサラダ 柚子胡椒ドレッシング



■材料■ 5人分

・もめん豆腐	1/2 丁
・アボカド	1個
・レタス	1/3 個
・大根	1/5 本
・わかめ	20g
柚子胡椒ドレッシング	
・柚子胡椒	小匙 1~2
・サラダ油	大匙 2
・寿司酢	大匙 2
・しょうゆ	小匙 1
・塩、コショウ	適量

■作り方■

- 1 レタスは一口大にちぎって水にさらして水気を切っておく。わかめは水でもどして水気を絞り、一口大に切っておく。大根は3センチの千切り、アボカドは食べやすい大きさにちぎってレモン汁(分量外)をかけておく。島豆腐も一口大にちぎる。
- 2 ドレッシングの材料はすべて混ぜ合わせておく。
- 3 お皿に野菜と島豆腐を彩りよく盛り付け、ドレッシングをかけていただく。

Memo