



# 切干大根煮 リメイクサラダ

- ① 水菜は3～4cm幅に切る。
- ② ボウルに切干大根煮と水気をよく切った水菜を入れ、マヨネーズとごまを加え混ぜ合わせる。
- ③ ②を器に盛り付ける。

材料

4  
人分

切干大根煮	160g	マヨネーズ	大さじ2
水菜	120g	ごま	適量

1人分の栄養価

エネルギー：72kcal  
野菜量：70g  
食塩相当量：0.5g