

# せりとささみの

## ザーサイ和え



通常のセリと違って水耕セリは苦みもほのかでやわらかく、生でも食べられるのが特徴。そんな水耕セリとささみ、ザーサイを和えた簡単料理。セリのシャキシャキ感と爽やかなザーサイは絶妙にマッチするわよ。誰かと一献交わしたくなる…そんな一品よ!



### 準備するもの (2人分)

水耕セリ	-----	60g	
鶏ささみ	-----	3本(150g)	
ザーサイ(細切り)	-----	30g	
A	しょうゆ	-----	小さじ1.5
	白ごま	-----	大さじ1
	ごま油	-----	小さじ1

### つくりかた

- 1 セリは3cm長さのざく切りにする。ささみはサッとゆでて細かく裂く。
- 2 (1)にAを入れて混ぜ、器に盛る。

レミの  
オススメ

