

水菜とポンカンのサラダ

材料 4人分



・ポンカン	2玉
・水菜	1袋
・ミックスベビーリーフ	1/2袋
・トマト	1/2玉

●ドレッシング●

・ポンカン汁	50ml
・レモン汁	小さじ1
・オリーブオイル	大さじ3
・塩	小さじ1/2
・黒コショウ	少々

作り方

- ① 水菜を3cmの長さにカットする
- ② トマトは8等分にカットし、ミックスベビーリーフは水洗いしザルに上げ、水気を切っておく
- ③ ポンカンを、一つは皮をむき一粒ずつのむき身にしてもう一つは皮をむいて、絞り汁をとっておく
- ④ ドレッシングの調味料を合わせておく
※オリーブオイルは最後に少しずつ合わせる
- ⑤ 器にサラダを盛り付け、ドレッシングをかけ仕上げる