

温野菜のミモザサラダ

材料 (3~4人分)

キャベツ 200g ブロッコリー100g

生ハム 30g ゆで卵 1個

■ ドレッシング

☆オリーブオイル大さじ 2

☆お酢大さじ 1

☆塩またはハーブソルト少々

☆粒マスタード小さじ 1



作り方

- 1 キャベツをざく切りにしてお皿にのせ、少し水をふって、ゆるくラップをしたら電子レンジで加熱。冷まして水分をしぼる。
- 2 ブロッコリーを小房に切り分け、1と同様に加熱して水分を切る。

3



ゆで卵の白身をみじん切りにする。黄身は深めの器に入れてフォークの背で細かくつぶす。

4

ドレッシングの材料☆を器に入れて、よく混ぜ合わせる。

5



野菜と生ハムをお皿に盛付け、上に卵の白身と黄身をのせる。
食べる直前にドレッシングをかける。