

『茹で野菜とじゃが芋のサラダ』

材料(2人分)

キャベツ	2枚(100g)
人参	1/4本(40g)
ブロッコリー	1/4株(50g)
じゃが芋	小1個(100g)

マスタードドレッシング

粒マスタード	小さじ1
油	小さじ2
酢	大さじ1
塩	小さじ1/4

作り方

- ① じゃが芋は皮をむいて、いちよう切りにして茹でる。
キャベツは茹でて短冊に切る。
人参は短冊に切って茹でる
ブロッコリーは茹でて小房に分ける。
- ② 器に①を盛り付け、ドレッシングを混ぜ合わせてかける。

