

## グリーンサラダ



### 材料(4人分)

食材	分量
キャベツ	80g
きゅうり	120g
ブロッコリー	80g

### 調味料

酢	大さじ1と1/2
油	大さじ1
砂糖	大さじ1弱
塩	少々
こしょう	少々

調理時間	20分
エネルギー(1人分)	57Kcal

### 作り方

- 1.キャベツは千切り、きゅうりは輪切り、ブロッコリーは子房に分けておく。
- 2.(1)の野菜を茹でて水気をしぼっておく。
- 3.調味料をよく混ぜ合わせてドレッシングを作る。
- 4.(2)と(3)を食べる直前に和える。

※季節の野菜を使ってもおいしいです。お弁当にも入れても彩りがきれいです。