



Recipe2

## 新玉ねぎ・かいわれと シーチキンサラダ

ぜひ  
お試し  
ください♪



### 材料(4人分)

- ・新玉ねぎ …………… 1個
- ・かいわれ大根 …… 1パック
- ・シーチキン …………… 1缶
- ・レモン汁 …………… 少量
- ・糸切り唐辛子  
……少量(飾り付け用)

### 作り方

- ① 玉ねぎは薄くスライスする
- ② かいわれ大根はサッと洗い水気を取っておく
- ③ ①と②とシーチキンにレモン汁を加えて混ぜ合わせておく
- ④ 器に盛り付け、糸切り唐辛子を飾る

### ポイント

- ・新玉ねぎは水にさらすと水っぽくなるので注意!
- ・シーチキンの汁はそのまま使います。