

◆しゃぶしゃぶ用でカルパッチョ◆



洋食・副菜



材料 4人前

にじます

紅富士しゃぶしゃぶ 100g

玉ねぎ 10g

添えサラダ

レタス 30g

水菜 30g

パプリカ 少々

ポン酢 15ml

塩 少々

ブラックペッパー 少々

オリーブオイル 15ml

レモン汁 (あれば) 少々

作り方

- ① 解凍したしゃぶの身をサラダと共に皿に盛り付けする。
- ② 玉ねぎは薄くスライスして冷水に10分程さらして水気を切って①に載せる。
- ③ ②に塩・ブラックペッパー・ポン酢をかけて上からオリーブオイルをかけて、少量のレモン汁も上からかける。

※ カルパッチョソース1人分の場合
ポン酢 1:1 オリーブオイル

1人分	ポン酢	5ml
	オリーブオイル	5ml
	塩	少々
	ブラックペッパー	少々
	あればレモン汁	数滴

ワンポイントアドバイス♪

※しゃぶしゃぶセットに入っているポン酢を使用するレシピです。
カロリーは約1人分です。