

宇治産さつまいもと宇治産大根の明太子マヨネーズ和え



材料(1人分) 熱量132kcal 塩分0.4g

さつまいも	40g
大根	20g
きゅうり	10g
マヨネーズ	10g
明太子	3g

作り方

食べやすい大きさに切ったさつまいもと角切りした大根をゆでる。
明太子の皮を剥がし、マヨネーズと混ぜる。
が柔らかくなったら水を切り、乱切りしたきゅうりと合わせる。
に明太子マヨネーズを加えて和える。