

宇治産菜の花と油揚げのしょう油マヨサラダ



材料(1人分) 熱量113kcal 塩分0.9g

菜の花	60g
油揚げ	5g
マヨネーズ	10g
こいくちしょう油	5g

作り方

菜の花を3～4cmに切って湯がく。
油揚げを網でこんがり焼き、食べやすい大きさに切る。
をマヨネーズとこいくちしょう油で和える。