



【新たまねぎのサラダ】



牧野 キヨノ さん

材料 (3人分)

新たまねぎ	1コ	ツナ缶	1缶(70g)
春菊	100g	マヨネーズ	大さじ2
ミニトマト	6コ		

手順

- (1) 新たまねぎは3ミリほどの薄切りに、ミニトマトは縦4等分に切っておく。
- (2) 春菊は葉と茎の部分を切り分ける。蒸し器で葉は2～3分、茎の部分は3～4分蒸していく。蒸した後、水につけ粗熱を取り、一口大の長さに切る。
- (3) ボウルに新たまねぎ、トマト、水気をきった春菊、ツナを入れ、マヨネーズで和えていく。全体がなじんできたら完成。