

## 【サーモンのえごまマリネサラダ】

### ● 材料(2人前)

煎りえごま 3g

刺身用サーモン 150g

きゅうり 50g

紫たまねぎ 50g

酢 15g

レモン汁 10g

オリーブオイル 10g

はちみつ 15g

塩 1.2g

黒こしょう 0.2g



### ● 作り方

1. サーモン・きゅうり・紫玉ねぎを切る。
2. えごま、酢、レモン汁、オリーブオイル、はちみつ、塩、黒こしょうを混ぜる。
3. 全体を和えて皿に盛る。

※このレシピの複写及び他の教室で使用することはご遠慮下さい。