



11/10 (火)

## 秋の味覚でホットサラダ

(材料)

さつまいも：1/2本

かぼちゃ：1/8個

きのこ類：好きな種類、量

ベーコン：2~3枚

クリームチーズ：50g程度

オリーブオイル：適量

好きなドレッシング：適量

パセリ：適量

レーズン：適量

- ① さつまいもはサイコロ状に切り、水にさらしてザルにあげ、かぼちゃと共に下茹で、もしくはレンジで加熱（1~2分）する。
- ② お好きなきのこ類は、石づきを取り、食べやすい大きさに切り、軽くほぐしておく。
- ③ フライパンにオリーブオイルを熱し、ベーコンを炒める。
- ④ 脂が出てきたら①と②を加えて炒める。
- ⑤ 火が通ったらドレッシングを入れて更に炒める。
- ⑥ 器に盛ってクリームチーズ、レーズン、パセリを散らす。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いています。  
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。