



## 12/15 (金) 和風カルパッチョと紅白サラダ (加藤 奈美さん)

(材料作りやすい分量分)

## &lt;和風カルパッチョ&gt;

刺身(鮭・鯛の冊など): 80~100g

A {  
 チョーコー超特選甘露さしみ: 大さじ1  
 ごま油: 大さじ1  
 梅干し: 15g

## &lt;紅白サラダ&gt;

{  
 だいこん: 100g  
 にんじん: 100g  
 鰹節: 5g{  
 チョーコー超特選甘露さしみ: 大さじ1  
 オリーブ油: 大さじ1

(トッピング)

刻みのり: お好みで

- ① <和風カルパッチョ>を作る。刺身は 1.5 cm角に切る。梅干しは果肉を包丁でたく。
- ② ボウルに A を混ぜ合わせる。①の刺身に適量加えて混ぜ合わせ、器に盛る。
- ③ <紅白サラダ>を作る。だいこんとにんじんはピーラー(ギザギザ側)で細切りにする。
- ④ ボウルに③と鰹節を入れてだまにならないようにまんべんなく混ぜ合わせる。
- ⑤ ④に「超特選甘露さしみ」とオリーブ油を加えさらによく混ぜる。
- ⑥ 器に⑤を盛り、刻みのりをのせる。

レシピはNBC アプリまたは<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でご覧いただけます。