

アボカド



皮が黒く、柔らかいものが食べごろです。ポリ袋に入れ乾燥を防ぎ、冷蔵庫の野菜室で4～5日程度保存が可能です。まだ熟していないものは風通しの良い冷暗所で常温保存して下さい。



お料理ママさん

使ったのは
この商品!



※写真はイメージです。

トマトとアボカドとたこのサラダ

調理時間
10分

1人分
191kcal

トマトとアボカドとたこのサラダ

調理時間

10分

1人分

191kcal

【材料/2人分】

トマト	1/2個
アボカド	1/2個
たこ	100g
キューピー シーザーサラダドレッシング	適量

【作り方】

- ① トマトは6等分のくし形切りにする。アボカドは薄切りにする。たこは薄くそぎ切りにする。
- ② 器に①を盛りつけ、「キューピー シーザーサラダドレッシング」をかける。