

キャベツ



葉の緑が濃くて、みずみずしくつやのあるものが新鮮です。長期保存するには、芯をくりぬき湿らせた新聞紙でくるんで冷蔵庫へ入れてください。



お料理ママさん

使ったのは
この商品!



特設サイトは
こちら!



※写真はイメージです。

キャベツとかにかまのあえサラダ

調理時間
5分

1人分
115kcal

キャベツとかにかまのあえサラダ

調理時間

5分

1人分

115kcal

【材料/2人分】

キャベツ.....2枚
かに風味かまぼこ.....4本
わかめ 戻し.....30g
キューピー ごま油&ガーリックドレッシング
.....大さじ2

【作り方】

- ①キャベツはせん切りにする。かに風味かまぼこは食べやすい大きさにさく。わかめは食べやすい大きさに切る。
- ②ボウルに①を入れ、「キューピー ごま油&ガーリックドレッシング」で和える。