

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

みかんと小松菜の パワーサラダ

調理時間

15分

1人分

127kcal



※写真はイメージです。

秋の旬食材



小松菜

+

使ったのはコレ!



キュービー
にんじん
ドレッシング



キュービー
サラダクラブ
10種ミックス
(豆と穀物)

みかんと小松菜のパワーサラダ

材料/2人分

小松菜……………3株
トマト……………1/2個
きゅうり……………1/2本
みかん……………1/2個
サラダチキン……………1/2個
キューピー サラダクラブ10種ミックス
(豆と穀物)……………1袋
キューピー にんじンドレッシング
……………適量

作り方

- ①小松菜は冷水にさらして水気をきり、長さ3cmに切る。トマトは2cmの角切りにする。
- ②きゅうりは縦半分に切り、5mm幅の斜め切りにする。サラダチキンは5mm幅に切る。
- ③みかんは皮と薄皮をむく。
- ④器に①～③を盛りつけ、「キューピー サラダクラブ 10種ミックス(豆と穀物)」を散らして、「キューピー にんじンドレッシング」をかける。