

ROSEN'S RECIPE

ローゼンおすすめメニュー

白菜ときのこと 豚しゃぶのサラダ



※写真はイメージです。

調理時間

10分

1人分

約216kcal

冬の旬食材



白菜

+
使ったのはコレ!



キューピー
深煎りこまドレッシング
カロリーハーフ 180ml

白菜ときのこと豚しゃぶのサラダ

材料/2人分

白菜……………2枚
ぶなしめじ……………1/2パック
小ねぎ……………適量
豚肉(しゃぶしゃぶ用)……………120g
キューピー 深煎りごまドレッシング
カロリー ハーフ……………大さじ3

作り方

- ①白菜は大きめのざく切りにする。ぶなしめじは小房に分ける。熱湯でさっとゆでて、水気をきる。
- ②①と同じ湯を沸騰直前にし、豚肉をさっとゆで、水気をきって粗熱をとり、食べやすい大きさに切る。
- ③器に①の白菜を敷き、ぶなしめじと②を合わせてのせ、小口切りにした小ねぎを散らし、「キューピー 深煎りごまドレッシング カロリー ハーフ」をかける。