

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

ごまの風味が香ばしく、ご飯のお供にもおすすめです♪

きゅうりとトマトの 中華サラダ

調理時間

10分以内

1人分

178kcal



※写真はイメージです。

夏の旬食材



きゅうり

+

使ったのはコレ!



ミツカン
カンタン酢™ 500ml

きゅうりとトマトの中華サラダ

材料/2人分

きゅうり	1本
ミニトマト	5個
わかめ(乾)	3g
ツナ缶	小1缶(70g)
ミツカン カンタン酢™	大さじ1
A しょうゆ	大さじ1/2
ごま油	大さじ1/2
いりごま(白)	大さじ1/2

作り方

- ①きゅうりはせん切りにする。ミニトマトは半分に切る。わかめは水でもどし、しっかり水けをきる。ツナ缶は油をきる。
- ②①に**A**をよく混ぜ合わせる。