



創作料理

あげ麩と新玉ネギのクリーミーサラダ



【材料】 4人前	分量
あげ麩	1/2袋
新玉ネギ	1個
クリームチーズ	100g
ツナ(オイル)	1缶(70g)
リーフレタス、ベビーリーフなど	適量
A	
マヨネーズ	大さじ1
柚子こしょう	小さじ1

【調理方法】

1. あげ麩は半分に切る。新玉ネギは繊維に沿って薄切りにし、分量外の塩小さじ1/2強でもんでおく。
2. ボウルにクリームチーズを入れ、レンジに20秒程度かけて柔らかく練り、パセリとオイルを切ったツナを加えてよく混ぜる。
3. サッと水洗いしてよく絞った新玉ネギを加え、Aで調味する。味が調ったら、あげ麩とからめてリーフレタスの上に盛ってできあがり。