

ベーターキャロットのラペ

ニンジンのレンピ



ニンジンをつっぷり食べられる
フランスの家庭料理

材料（2人分）

ベーターキャロット……………1本
 タマネギ……………1/4個
 A (オリーブ油……………大さじ1
 レモン汁……………大さじ1～2
 塩……………小さじ1/2

作り方

- ① ベーターキャロットはピーラーでリボン状にスライスします。タマネギはみじん切りにし、水にさらして絞っておきます。
- ② ボウルにAとタマネギを入れてよく混ぜ合わせ、ドレッシングを作ります。
- ③ (2) にニンジンを加えてよく混ぜ、冷蔵庫で軽く冷やして味をなじませます。一晩おくとさらによいでしょう。

ワンポイント

ニンジンはせん切りでも OK。お好みでレーズンやリンゴのみじん切りなどを加えてもおいしいです。