

「セニョリータ」の カラフルサラダ

フルーツパプリカのレシピ



カラフルなビタミンカラーが
鮮やかなサラダ

材料 (2人分)

「セニョリータ」フルーツパプリカ…3個
 レタス……………1/4個
 A (サラダ油……………大さじ4
 酢……………大さじ2
 砂糖……………小さじ1/2
 塩……………小さじ1/2
 コショウ……………少々

作り方

- ① 「セニョリータ」、レタスはせん切りにします。
- ② Aの材料をよくまぜ、フレンチドレッシングを作ります。密閉容器に入れ、乳白色になるまでしっかり振り混ぜます。
- ③ (1) を器に盛りつけ、(2) のドレッシングをかけていただきます。

ワンポイント

「セニョリータ」はレッド、ゴールドまたはイエロー、グリーン (未熟果) の3色を使います。