|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 献立・メニュー名 | 大根ときゅうりのサラダ | |
| 材料　４人分 | | |
| 大根の千切り　　　　　　適量  キュウリの千切り　　　　適量 | | 「ドレッシング」  ニンニク　　　　　　2／１片  濃口醬油　　　　　　10ml  白ワイン酢　　　　　10ml  オリーブオイル　　　60ml  大葉シソ　　　　　　1枚  塩・あら挽き胡椒　　適量 |

第3回

【作り方】

1. ニンニクを縦半分に切り芽をとる

　　　ニンニクをすりおろす。　Point　なるべく細く＝風味を出すため

　　　　アルミホイルをおろし金に乗せそのまますりおろす

1. 大葉の芯をとってからクルクルと巻き粗目のみじん切りにする
2. 塩一つまみ　胡椒適量
3. 酢としょうゆを混ぜ、塩を泡だて器で溶かす

　　　泡だて器で溶かす。

1. 大葉を加える
2. 味が薄かったら塩コショウで味を調える

「メモ」

☆ドレッシングの基本的な割合

　　　オイル：その他の液体（主に酢）３：１