

## カミカミサラダ

【 材 料 】		(4人分)
(乾燥)大豆	…	16g
プロセスチーズ	…	40g
きゅうり	…	20g
人参	…	40g
じゃが芋	…	80g
マヨネーズ	…	16g
すり白ごま	…	4g
味噌	…	4g

### 【 作り方 】

- ① 乾燥大豆は軟らかく茹でておく
- ② プロセスチーズ、きゅうり、人参、じゃが芋は大豆と同じ位の大きさのサイコロ切りにする
- ③ 人参、じゃが芋は軟らかくなるまで茹でる
- ④ マヨネーズ、すりごま、味噌をよく混ぜる
- ⑤ 大豆、チーズ、きゅうり、人参、じゃが芋を合わせて、④で和える



※ 写真の胡瓜は輪切りにし、ミニトマトを添えてみました。