

バンサンスー



材料（4人分）

はるさめ	・ ・ ・	40 g
ハム	・ ・ ・	2枚
きゅうり	・ ・ ・	1/2本
にんじん	・ ・ ・	1/4本
卵	・ ・ ・	1個
油	・ ・ ・	小さじ1/2
塩(塩もみ用)	・ ・	少々
★さとう	・ ・ ・	小さじ2
★酢	・ ・ ・	小さじ2½
★しょうゆ	・ ・ ・	小さじ4
★ごま油	・ ・ ・	小さじ1

作り方

- ①はるさめは柔らかくゆでる。
- ②ハム、きゅうり、にんじんを千切りにする。にんじんは耐熱容器に入れ、小さじ1杯の水をかけラップをし、600Wのレンジで1分加熱する。
- ③油を引いたフライパンで卵を焼き、錦糸卵を作る。(いり卵でも代用可。)
- ④★の調味料でドレッシングを作り①②③の材料と和える。

