

## コーンとアスパラガスのサラダ



### 材料/2人分

- コーン・・・1/4本
- アスパラガス・・・2本
- キャベツ・・・1枚
- 玉ねぎ・・・1/8個
- りんご酢ドレッシングの材料  
(A)
  - りんご酢　　小さじ1 (5g)
  - 塩　　　　　ひとつまみ
  - 薄口しょうゆ　小さじ1/2(2.5g)
  - こしょう　　少々
  - サラダ油　　小さじ1/2(2.5g)

### 作り方

- ① コーンは皮をむいてゆでる。包丁で実をそぎ落とす。
- ② アスパラガスは斜め切り、キャベツは短冊切り、玉ねぎは薄切りにする。
- ③ 鍋に湯を沸かし、キャベツ、アスパラガスをゆでる。玉ねぎを最後に加えてゆで、ざるにあげる。湯を切り、冷ます。
- ④ ボウルに、Aを入れて混ぜ、ドレッシングを作る。
- ⑤ ゆでた野菜とコーンにドレッシングを加え、あえて仕上げる。

ポイント：アスパラガスは茹ですぎないように、食感を少し残すと、さらにおいしいです。