

彩りバランスサラダで野菜の栄養をおいしくとれる！

# えびとサニーレタスの チョレギサラダ



## 材料（2人分）

サニーレタス…3枚

きゅうり…½本

長ねぎ…1本（5cm）

ゆでえび（小）…8尾

キューピー

チョレギサラダドレッシング

…適量

## 1 野菜の下ごしらえ

サニーレタスは冷水にさらして水気をきり、食べやすい大きさにちぎる。きゅうりは縦半分に切り、斜め薄切りにする。

長ねぎは白髪ねぎにしておく。

## 2 盛りつけ

器に1、ゆでえびを盛りつけ、2をのせ、ドレッシングをかける。



キューピー  
チョレギサラダ  
ドレッシング150ml

ごま油、ねぎ、にんにくの  
コクとうま味にのりを  
加え、味わい豊かに  
仕上げました。