

鯖缶サラダ レシピ・作り方

とっても簡単にできます！



<料理レシピ（材料：4人分）>

○鯖缶（みそ煮）	1 缶
○レタス	1/2 玉
○たまねぎ	1/2 個
○マヨネーズ	大さじ 2
○きざみのり	お好みで

<作り方>



① 材料を用意する。



② 鯖缶は水気を切って、ボウルに入れる。



③ レタスは食べやすい大きさにちぎり、たまねぎは薄切りにする。

☆ たまねぎの辛いのが苦手な方は、さっと熱湯でゆでる。



④ ②の鯖缶をほぐし、マヨネーズを加えて混ぜる。



⑤ ③の野菜を入れて、さらにざっくりと混ぜる。



⑥ 最後に器に盛る。きざみのりを散らして出来上がり。