

水なすの甘さを活かしたフルーティーなサラダ

水なすのブロックサラダ



- 生で
- 難易度 ☆☆☆
- 調理時間 10分

材料 (2人分)

・水なす	1個
・プチトマト	2個
・じゃがいも	1個

<ソース>

・マヨネーズ	大さじ2
・練乳	小さじ1と1/2
・バジル	あれば飾り用

作り方

- ①. 水なす、プチトマトは、1cm 角くらいの食べやすい大きさにそろえて切る。
- ②. じゃがいもは、皮のままふかすか、レンジでチンして、竹串がすっと通るくらいまで加熱し、皮をむいて1cm角に切る。
- ③. ボウルにマヨネーズと練乳を入れて混ぜておく。
- ④. 食べる直前に、③のボウルに①と②を入れて混ぜあわせる。器に盛り、お好みでバジルなどをふる。

ひとこと

生の水なすの甘さをぜひ味わっていただきたくて、考えました。

できれば合わせるトマトも糖度の高いものを使っていたら、よりフルーティーな感じが表現できます。

ワンポイント

このサラダは、食べる直前にソースと和えてください。和えてから時間が経つと水分が出てきてしまい味がぼやけます。



<http://www.kitanofarm.com>
<http://www.flourbee.com>