



半熟たまごヒツナヒ

彩り野菜のウラシマサラダ



本材料

- ゆで卵... 6個 (塩入れた水からゆで沸騰後7分ゆでたもの)
- にんじん... 1本(千切り) 塩水にさらし水気を切り、ておく
- 枝豆... 30g(正味)
- ツナ... 60g

((V-S))

- マヨネーズ... 80g
- 牛乳... 15g
- アンチョビペースト... 小さじ1
- パセリ... 少々
- 塩... 少々

(b)

つくりかた

① (b)の本材料を大きめのボウルに入れてまぜ合わせ、ゆで卵以外の本材料を加え全体をなじませる。



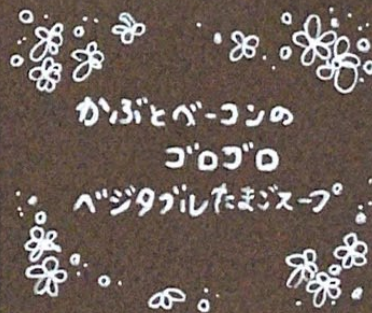
② からをむき1/2にカットしたゆで卵を

①に加えゴム棒でやさしくまぜ合わせる。味を整え(塩少々)完成。



本材料 (3~4人分)

- 水... 600ml
 - 塩... 6g
 - オリーブ油... 大さじ1
 - ベーコン(ブロックの厚切り)... 60g
 - 玉ねぎスライス... 1/4個
 - かぶの葉... 40g(みじん切)
 - かぶ... 1/2個 (皮をむき半分は切り、◎を投入金で水からゆでて竹しがあるやわらかさになるまで10分程ゆでておく)
 - 卵... 11個
 - ローリエ... 1枚
- (d)
- きび砂糖... 大さじ1
 - 塩... 小さじ1~1.5
 - しょうゆ... 大さじ1
 - 酢... 大さじ1



かぶとベーコンのゴロゴロ

ハジタグしたまごスープ

かぶはお湯からゆでるとトロトロに仕上がるので、今回ゴロゴロ感を出すため、水からゆでたものを使用します



つくりかた

① 小鍋にオリーブ油を入れ中火にかき1cm角に切ったベーコンと玉ねぎを炒めしんぼりしたら、かぶの葉を加えさらに炒める。



② ①にかぶをゆでたゆで汁、かぶ、ローリエを加え、沸騰したら④を加え、味をさけとき卵を加えたらすぐ火を消しフタをして1分程待つ。塩を加減し味を整えて完成。

