

かぶとカリカリベーコンお揚げのサラダ

うすくスライスしたバリバリのかぶにカリカリに炒めたベーコンと油揚げをのせました。たん白なかぶにベーコンと油揚げのコクがよく合います。

[材料:2人分]

かぶ……4個
油揚げ……1枚
ベーコン……2枚
おかか……適宜
ポン酢……適量



[作り方]

- ① かぶは皮をむき、スライサーでうすくスライスし水につけてパリッとさせる。
- ② 油揚げ、ベーコンは1cm角に切り、フライパンで油をひかずにじっくり炒める。カリッとさせたら、キッチンペーパーの上のせておく。
- ③ かぶがパリッとしたら水気を切り、器に盛り、②の油揚げとベーコン、おかかをのせ、ポン酢をかける。

出品者: 茨城県守谷市在住 大湖恵美子さん

※お弁当部門は「大学コンソーシアム柏(手賀沼分科会)/学生会」の提案を受けて、共同で実施しました。

価格

300
円

調理時間

15
分

