

## デラウェアのサラダ



### ▼材料（2人分）

- デラウェア …300g
- 茄子 …1本
- サラダ菜 …6枚
- 紫玉葱 …1/4個
- かいわれ菜 …1/4パック
- A：
  - ・プレーンヨーグルト …大2
  - ・マヨネーズ …大2
  - ・おろしにんにく …1/2片
  - ・塩、こしょう …各適量

### ▼作り方

- ① 茄子は1cmの輪切りにして網で焼く。
- ② 紫玉葱は半月切りにし、サラダ菜はちぎり、かいわれ菜は半分に切ってそれぞれ水に放つ。
- ③ 器に①、②、デラウェアを盛り、Aをかける。