



## ハピーレシピ辞典

春  
はる

「生活良好誌 2007年3月号より」

## ソーセージとわかめの中華サラダ・・・カンタンだけどひと味ちがうスピードクッキング



- 1 ソーセージは1cm幅の輪切りにする。わかめは熱湯でさっと茹でて水にとり、ざく切りにする。
- 2 きゅうりはタテ半分に切ってからななめ切りにし、ミニトマトはへたを取り、半分に切る。
- 3 Aを混ぜ合わせ、中華ドレッシングをつくる。
- 4 1と2を合わせて器に盛り、3をかけてごまをふる。

## 材料(4人分)

おさかなソーセージ	2本
生わかめ	50g
きゅうり	1/2本
ミニトマト	8個
▼A▼	
酢・しょうゆ	各大さじ2
みりん・ごま油	各大さじ1
いりごま(白)	大さじ1/2