

豆腐サラダくるみドレッシング

サラダの材料（2人分）

レタス・・・・・・・・・・6枚
トマト・・・・・・・・・・1個
もめん豆腐・・・・・・160g
かつお節・・・・・・・・・・2g



ドレッシングの材料

くるみロースト・・・・・・10g
（たたいて細かくしておく）
オリーブオイル・・・・大さじ1と1/2
酢・・・・・・・・・・・・大さじ1
しょうゆ・・・・・・大さじ2/3

作り方

- ① ドレッシングの材料をすべて混ぜて、なめらかになるまでよくかくはんする。（お好みでさとうを少し加えると酸味がやわらぎます）
- ② もめん豆腐はキッチンペーパーに包み重石をのせ、5分ほど置いて水気を切り、食べやすい大きさに切る。
- ③ レタスとトマトは、洗って食べやすい大きさにしておく。
- ④ 器にレタス、豆腐、トマトを盛り付け、かつお節をのせてドレッシングをかける。