きのこランドの

おいしい Recipe

もっともっと、おいしい王国へ！ きのこランド

「ヘルシーチキンと干し椎茸のサラダ」

大人気のサラダチキンと「ふわっとしいたけ」を使用したヘルシーなサラダです。

サラダとしてだけでなくビールのおつまみとしてもオススメの一品です。

材料名（2人前）	配合（g）	備考
ふわっとしいたけ	20g	乾椎茸ｽﾗｲｽ
サラダチキン	100g	
ポン酢	30cc	大2
かいわれ大根	20g	
いりゴマ	5g	

作り方
① 椎茸を軽く水洗いし、たっぷりの熱湯で2分茹でる
その後ざるにとり、軽く絞って水気を切る
② サラダチキンは食べやすい大きさに割いておく
③ ボウルの中で①にポン酢を加え軽く和えた後に
②といりごまを加え軽く混ぜ合わせる
④ 盛りつけ後、かいわれ大根をトッピングして出来上がり

商品名：ふわっとしいたけ		商品名：椎茸スライス100-C	
	規格：150g 入数：20 特徴：削り節感覚の「超薄切」干し椎茸です。		規格： 入数： 特徴：同原料使用お得な1kgサイズ品です。

豆腐や野菜サラダの上にトッピングしても美味しく召し上がれます。
ラー油を加えて麺料理のトッピングなど、アレンジしやすい１品です。