

シャキシャキの食感で  
美味しさアップ♪



五泉産のじゃがいも、  
きゅうりを使用しました。

## シャキシャキアーモンドサラダ

### 【材料（約4人分）】

- ・じゃがいも（せん切り）…………… 100 g
- ・にんじん（せん切り）…………… 15 g
- ・きゅうり（せん切り）…………… 25 g
- ・キャベツ（せん切り）…………… 50 g
- ・素焼きアーモンド…………… 20 g

（細切りやスライスアーモンドがおすすめです）

- A {
- ・塩…………… ひとつまみ
  - ・米油…………… 小さじ1強
  - ・酢…………… 小さじ1強
  - ・砂糖…………… ひとつまみ
  - ・こしょう…………… 少々

### 【作り方】

- ① じゃがいも、にんじん、きゅうり、キャベツはそれぞれゆでて冷ます。
- ② Aの調味料をよく混ぜ合わせる。
- ③ ①、②、アーモンドを合わせてできあがり。

きゅうりもサッとゆでる  
ことで、色や食感が良  
くなります。



ご家庭では分量を  
加減しながら作っ  
てください。

