

ニンジンのヨーグルトサラダ



白ワインに良く合う、
ヨーグルトのマリネ。
ちょっとおしゃれな食
卓になります。

🍽 約201kcal

🕒 調理時間/約5分

材料 🥕 (2人分)

雪国きのこのマリネ・・・100g

にんじん・・・1/2本

ヨーグルト・・・大さじ4

イタリアンパセリ・・・適宜

作り方 🍴

- 1 にんじんは細長に切り、耐熱容器に入れ、ラップをかけてレンジで加熱する(500Wで2～3分)
- 2 1に雪国きのこのマリネを入れ、ヨーグルトを加えて和えたら器に盛り、お好みでイタリアンパセリを添えてできあがり。