

きのこ春野菜のブレッドサラダ



🍴 1人前/約150kcal

🕒 調理時間/約5分

🥕 材料 (4人分)

雪国まいたけ・・・1パック

雪国しめじ恵み・・・1パック

春キャベツ・・・1/4個

スナップえんどう・・・8本

ミニトマト・・・8個

生ハム・・・4枚

フランスパン・・・100g

粉チーズ・・・大2

【A】

白ワイン・・・1/4カップ

水・・・1/4カップ

塩・こしょう・・・適量

🍴 作り方

- 1 雪国きのこは食べやすい大きさにさき、合わせたAを振り、耐熱容器でラップをかけレンジで加熱する。(500Wで1～2分)
- 2 スナップえんどうはスジを取り、茹でてから斜め半分に切る。
- 3 春キャベツはザク切り、ミニトマトは半分に切る。生ハムは一口大に切り、フランスパンはサイコロ状に切る。
- 4 (1)、(2)、(3)を軽く合わせ皿に盛り、粉チーズを振りかけてできあがり。

※レンジの加熱時間は機種によって差がありますので、様子をみながら加熱してください。