

みんなの大好きメニュー！

ほうれん草サラダ



材 料(4人分)

ほうれん草	1束
じゃがいも	中2個
にんじん	1/3本
ハム	30g
マヨネーズ	50g
塩	少々

作 り 方

- 1 ほうれん草は短く切って茹で、固くしぼっておく。
- 2 にんじんは厚めのいちょう切り、じゃがいもは角切りにして水にさらしてから柔らかく茹で、水分をとばしておく。
- 3 ハムは食べやすい大きさに切る。
- 4 1～3を合わせて塩、マヨネーズで和えて味を調える。