

お料理 クリップ

パパッと簡単！お待たせ知らず

グリル野菜のサラダ

野菜を焼いている間に、
レタスをちぎって
ドレッシングを作って。
グリル遣いで「段取り名人」に。



■材料 (4人分)

- 新ジャガ、カボチャ(正味)……各100g
- スナップエンドウ……………8本
- サニーレタス……………3枚
- 塩……………少々
- オリーブ油……………適量
- A 蜂蜜、白ワインビネガー…各小さじ2
- 塩、コショウ……………各少々
- サラダ油……………大さじ2

■作り方

- 1 新ジャガ、カボチャは5mm厚さに切り、スナップエンドウは筋を取る。それぞれに塩、オリーブ油を絡め、スナップエンドウのみアルミ箔で包む。
- 2 アルミ箔を二重にして1を並べ、グリル*で焼く(写真/新ジャガとカボチャは約8分、スナップエンドウは約5分)。
* = 水なし両面焼き・上下強火
- 3 2が熱いうちにAを絡める。食べやすい大きさにちぎったレタスと共に、器に盛る。

スナップエンドウは包み焼きで、みずみずしさをキープ



■ Aのドレッシングは作り置き可能。多めに作って、1週間を目安に使い切りましょう。

