

おすすめ！給食レシピ

NO. 4

5月のめむろまるごと給食で提供したレシピです。
旬の食材を使って、ぜひ、ご家庭でも作ってください。



じゃがいもとアスパラのサラダ

材 料（4人分）

グリーンアスパラ . . . 3本
じゃがいも 中1個
スライスハム 2枚
チーズ（さいのめ） . . . 25g
マヨネーズ 45g
酢 小さじ1
胡椒 適量

★下準備

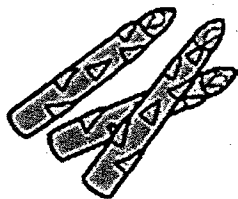
調味料とチーズは合わせておく。

〈切り方〉

- ・グリーンアスパラは1cm幅
- ・じゃがいもは1cmさいのめ切り
- ・スライスハムは1cm幅

☆作り方

1. グリーンアスパラ、じゃがいも、スライスハムは茹でて冷やしておく。
2. 冷やしておいた1と合わせておいた調味料を和える。



※ 料理の味つけはお好みに調整してください。