

はすいものシャキシャキサラダ

はすいもの最大の特徴はシャキシャキした歯ざわりです。どんな野菜よりも瑞々しいので、それを生かすために、生で食べる事を提案するメニューです。火を使わず、5分でできるメニューです。

材料（4人分）

はすいも・・・・・・・・・・4本（パック詰めされているもの）
ハム・・・・・・・・・・1枚
マヨネーズ・・・・・・・・大さじ4
プレーンヨーグルト・・大さじ2
パセリ・・・・・・・・・・適量

〈下準備〉

- ①はすいもは手で皮をむき、長さ6cmの千切りにする。
- ②ハムはハスイモの形に合わせて切る。
- ③マヨネーズとヨーグルトを合わせておく。

〈作り方〉

- ①全ての材料をボウルでよく混ぜ、盛りつけたら上にパセリを散らす。

