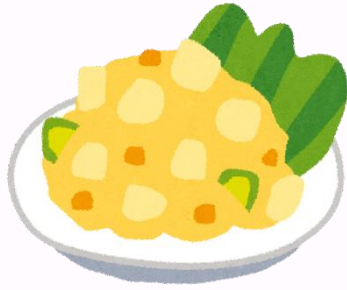


オリヴィエサラダの作り方



～材料～ (子ども2人分)

- 鶏もも肉…30g
- じゃがいも…40g
- にんじん…15g
- グリーンピース…5g
- コーン缶…10g
- 酒…小さじ1
- 食塩…少々
- マヨネーズ…小さじ2

1. 肉は小さめにカットし、酒と塩で揉み込んでおく。



2. じゃがいもは1cm角。

3. にんじんはいちょう切り。



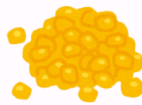
4. コーン以外の具材は茹でて冷ましておく。



5. 肉はフライパンで蒸し焼きにし

中まで火が通ったら冷ましておく。

6. 全ての具材を合わせる。



7. マヨネーズを入れ、混ぜ合わせて完成♪



Point! オリヴィエサラダは肉と角切り野菜をマヨネーズで和えたロシアの伝統的なサラダです。料理名は考案したシェフの名前からきているそうです。酒で肉の臭みを消し柔らかくします。マヨネーズで和えることでコクが出ます！ポテトサラダにも似ていますがお肉が入ることで食べ応えも出ておいしいです☆