

## 人気の副菜！給食のレシピ

### グリーンサラダ（4人分）

積極的に摂りたい野菜。  
もう一品野菜料理が欲しいときに作ってみてはいかがでしょう。

#### 〈材料〉

ブロッコリー	80g	→	冷凍でもOK。3cmくらいにカットすると味がなじみやすいです。
アスパラガス	80g	→	
キャベツ	80g	→	8mmくらいの幅にカットする。
きゅうり	40g	→	うすい輪切りにする。
香味塩ドレッシング	大さじ1強		

※香味塩ドレッシングは砂糖・酢・塩・ごま油・コショウなどの調味料に、玉ねぎ・ネギ・にんにく・ショウガなどの香味野菜をあわせたドレッシングです。

#### 〈作り方〉

- ① 下ごしらえした野菜をゆで（蒸しても良い）、水気を切って冷ます。
- ② ①をドレッシングで和えて完成。

