☆碧山小の給食レシピ☆

【副菜編】

パリパリサラダ

材料	分量(4人分)	切り方	作り方
にんじん	20g	千切り	①野菜を切り、さっとゆでて水冷する。（給食ではキャベツやきゅうりも湯通しします）
キャベツ	160g	短冊切り	
きゅうり	40g	千切り	②ドレッシングを作り、①と和える。
砂糖	小さじ1/2	ドレッシング	③ワンタンの皮を切って、油で揚げる。野菜にトッピングする。
サラダ油	小さじ1/2		
りんご酢	小さじ1		
しょうゆ	小さじ1・1/2		
塩	少々		
ワンタンの皮	２０ｇ	5㎜幅短冊	
揚げ油	適量		

ワンポイント

＊ワンタンの皮以外でも、餃子や焼売、春巻きの皮でも応用できます。
皮が余ったときなどに作ってみて下さい。