

新玉ねぎドレッシング・サラダ

<材料> (4人分)

新玉ねぎ	1個
★酢	大さじ1
★レモン汁	1/2個分
★はちみつ	小さじ1
★塩	小さじ1/2
★醤油	小さじ1
★オリーブオイル	大さじ3
リーフレタス	1束
プチトマト	4個
小夏	1個
オレンジ	1/2個
ツナ缶(小)	1缶(70g)

<作り方>

- ①新玉ねぎは薄切りに切る
- ②★のドレッシングの調味料を合わせ、よく混ぜる
- ③ドレッシングと玉ねぎを合わせておく
- ④リーフレタスは洗ってちぎっておく
- ⑤プチトマトはへたを取り、半分に切る
- ⑥小夏とオレンジは食べやすい大きさに切る
- ⑦ツナ缶は油をきり、缶から取り出しておく
- ⑧お皿にレタスを敷き、トマト、オレンジ、小夏を盛る
- ⑨ツナを散らし、玉ねぎドレッシングをかける

