

# 4月の人気レシピ



## 春いっぱいサラダ



### (材料)

じゃが芋 20g      キャベツ 8g  
アスパラガス 5g   玉ねぎ 3g  
スナップえんどう 3g   パプリカ 2g  
あさりのむき身 5g   チーズ 3g  
スライスハム 4g   甘夏缶 8g  
ねりごま すりごま 各適量  
酢 1cc                  しょうゆ 1cc  
きび砂糖 0.6g      ごま油 0.5cc

### (作り方)

- ① じゃが芋は角切りし、ゆでる。玉ねぎはみじん切りにして水にさらす。キャベツは角切り、パプリカは千切りする。
- ② ①とスナップえんどうをそれぞれゆでて冷ます。  
スナップえんどうは5mm幅に切る。ハム、チーズは角切りする。
- ③ ②とあさりとカッコ内を合わせて混ぜる。



## ベーコンパイ



### (材料)

冷凍パイシート 1枚  
ベーコン 2枚  
粉チーズ 適量

### (作り方)

- ① パイシートは解凍し、ベーコンの長さに合わせてのばす。
- ② ベーコンの幅を半分に切り、パイシートにのせる。粉チーズをかけ、手前からクルクル巻く。
- ③ 1cm幅に切り、トースターで焼く。

↑  
巻く

パイシート

ベーコン