

食材2つだけ!

アボカド

×

豆腐



調理時間

15分

切ってあえるだけのシンプル調理

## 豆腐とアボカドのサラダ

材料 (2人分)

木綿豆腐 …… 2/3丁(200g)

アボカド …………… 1個

焼きのり …………… 全角1/2枚

○マヨネーズ …………… 大さじ2

○白すりごま …………… 小さじ1

○わさびチューブ …… 1cm

### 1 材料を切る

豆腐はペーパータオルに包んで10分おき、食べやすい大きさに切る。アボカドは皮と種を取り除き、食べやすい大きさに切る。

### 2 和える

○をボウルに混ぜ合わせ、1を加えて和える。器に盛り、手でちぎった焼きのりをのせる。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索