

食材2つだけ!

かぼちゃ

×

クリームチーズ



調理時間

15分

手軽に作れるデリ風メニュー

かぼちゃとクリームチーズのサラダ

材料 (2人分)

かぼちゃ…………… 1/8個(200g)

マヨネーズ…………… 大さじ2

クリームチーズ

塩・こしょう…………… 少々

… 3個(18gの個包装のもの)

1 材料を切る

かぼちゃの種とワタを取り除き、ひと口大に切る。耐熱ボウルに入れてラップをかぶせ、600Wの電子レンジで5分加熱する。

2 和える

かぼちゃが熱いうちに、手でちぎったクリームチーズと塩・こしょうを入れ、かぼちゃを潰すように混ぜる。粗熱がとれたらマヨネーズを加えて和える。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索