

食材2つだけ!

レタス

×

ツナ缶



調理時間

10分

おつまみにもぴったりのお手軽メニュー

## レタスのツナごまだれ

材料 (2人分)

レタス …………… 1/2玉

ツナ缶詰(オイル漬け)

…………… 1缶(70g)

○すりごま …………… 大さじ1

○酢 …………… 大さじ1

○しょうゆ …………… 大さじ1と1/2

○砂糖 …………… 小さじ1

### 1 茹でる

鍋に湯を沸かし、手でちぎったレタスを30秒茹でてザルにあげる。

### 2 たれを作る

ボウルにツナをオイルごと入れ、○を加えて混ぜる。

### 3 仕上げ

1を皿に盛り付け、2をかける。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索