



ピーマンのカラフルサラダ

調理時間10分

[材料 2人分]

ピーマン (赤・緑)	各1個
たまねぎ	1/4個
レタス	2枚
A	
塩・こしょう	適量
オリーブ油	大さじ3
レモン汁	大さじ1
砂糖	少々

[作り方]

1. ピーマンをせん切りにする。
2. たまねぎを薄切りにし、水にさらす。
3. 器にレタスを敷き、たまねぎの水気をふいてのせ、ピーマンを彩りよく盛り付ける。
4. Aを混ぜ合わせたドレッシングをかける。