



株式会社 リサーチ・インターナショナル 222.0033 横浜市港北区新横浜 2.5.22 エクセレントプラザ 403 TEL 045.471.1800 FAX 045.471.1850



## メキシカンビーンズサラダ

調理時間10分

## [材料2人分]

A オリーブ油 大さじ2 レモン汁 大さじ1 トマトジュース 大さじ1 タバスコ 5~7滴 塩 小さじ1/2

R

たまねぎ(みじん切り) 大さじ2 トマト(ザク切り) 大さじ3 シャンツァイ(みじん切り) 大さじ2

## [作り方]

- 1. Aをよく混ぜ合わせる。
- 2. 1にBを加えてよく混ぜる。
- 3. 大豆を加えて混ぜたら器に盛る。