



メキシカンビーンズサラダ

調理時間10分

[材料 2人分]

大豆(水煮)	大さじ4
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
B	
たまねぎ(みじん切り)	大さじ2
トマト(ザク切り)	大さじ3
シャンツアイ(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。