

クリームチーズが  
アクセント!

## 水菜とクリームチーズのサラダ



### 【材料】 (2人分)

水菜	2束
竹輪	2本
ささみ	2切れ
クリームチーズ	適量
胡麻ドレッシング	適量

### 【下準備】

- ① 水菜は長さ5センチに切っておく。
- ② 竹輪は縦半分に切り、それを長さ1センチに切る。
- ③ ささみは10分ほど茹で、手で裂いておく。
- ④ クリームチーズはお好みの大きさに切る。

### 【作り方】

1. ボウルに①～④を入れて、程よく混ぜ合わせる。
2. 1.に胡麻ドレッシングを適量かけ、再度全体に軽く混ぜる。
3. 器に盛り付けてできあがり。



### ワンポイントアドバイス

ささみをツナ缶に変えてみよう

ツナ缶の味が変わることでまた違った味を楽しめます♪