

#いたキャンふくしま2022もも

No. 21

投稿者 @megumi.utsubo 様

桃ドレッシングでカクテルきゅうりサラダ🍑🥒



桃ドレッシングでカクテルきゅうりサラダ🍑🥒

<材料>

桃 1/4

きゅうり 1~2本

ズッキーニ 1/2

好みの野菜

塩 少々

こしょう 少々

酢大さじ 1~2

オリーブ油 大さじ2

タイム 少々

①きゅうりとズッキーニは角切りにします。



②ドレッシングに使う桃を器の中で手で潰して果汁を出します。身も一緒に入れます。



③調味料を入れて混ぜます。お好みで量は調整してください。



④盛り付けてタイムを飾って完成です。

きゅうりとズッキーニがたくさん家にあって、定番のあじは飽きてきたので、桃のドレッシングをつくって、サラダをたくさん食べたくて作りました。

手で桃を潰すのは、TVで伝説の家政婦志麻さんがキウイを使ってドレッシングを作っていたのを参考に、この桃のドレッシングを考えてみました。

桃がドレッシングに入ると甘くなって、バルサミコ酢を入れたみたいでおいしいです。

私はタイムの風味が好きなので、今回はタイムを飾っていますが、バジルやミントなどのハーブを入れて食べても美味しいです。ハーブがない場合はクレイジーソルトなどでも代用できます。もちろんハーブなしでもおいしいです。

桃がドカンとのおっている料理ではありませんが、ひと手間加えて、簡単に、普段の食事に取り入れやすいです！