



たことセロリのフレッシュサラダ

おしゃれな大人サラダ タコとセロリのフレッシュサラダは、素材の新鮮さが引き立つ爽やかな一品です。タコのプリプリした食感とセロリのシャキシャキ感が絶妙に組み合わさり、食欲をそそる美味しさを楽しめます。さらに、ヘルシーな栄養価も豊富で、ビタミンやミネラルがバランスよく含まれています。彩りも鮮やかで見た目にも美しく、食卓を彩ります。

使用商品

- たことセロリのフレッシュサラダ
- フロット アンチョビフィレ ひまわり油漬
- ロゼオーロ (熟成ロゼヴィネガー)

(2人分)

- ゆでたこ(薄切り).... 100g
- セロリ.... 1/2本
- オリーブ(種を取る) • • • 40g
- 【玉ねぎドレッシング】 大さじ5
- ロゼビネガー☆.... 大さじ2
- 玉ねぎ(みじん切り)☆.... 20g
- アンチョビフィレ☆.... 1枚
- 塩☆... 適量
- レモン汁☆... 大さじ1/2
- オリーブオイル☆.... 小さじ2
- セルバチコまたはルッコラやベビーリーフ 適量
- 材料 • イタリアンパセリやハーブ.... 適量

- (1) ゆでたこを薄切りにし、セロリは筋を取って粗みじん切りにする
(2) ☆の材料を混ぜ合わせドレッシングを作る

- (3) オリーブの種を取ってスライスし、(2)とセロリを合わせる
(4) 器に、セルバチコやイタリアンパセリなどを乗せる

手順 (5) (4)の上に(3)を乗せて完成。